



Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Полдник

200 **Компот из смородины** Ккал-91, У/в-48 **19-99**

85 **Манник** Ккал-320, Белки-4, Жиры-16, У/в-39 **14-86**

Итого за Полдник(30) Ккал-411, Белки-5, Жиры-16, У/в-87 **34-85**

Комплекс1 (5-11классы)

22 **Горошек консервированный** Ккал-35, Жиры-3, У/в-1 **9-06**

100 **Поджарка из индейки** Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5 **60-60**

180 **Пюре картофельное.** Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25 **25-94**

200 **Напиток из шиповника** Ккал-64, У/в-16 **9-70**

24 **Хлеб Чусовской обогащенный йодом** Ккал-51, Белки-2, У/в-11 **2-30**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-48, Белки-2, У/в-11 **2-40**

Итого за 5-11 (110-00) Ккал-562, Белки-22, Жиры-22, У/в-68 **110-00**

Комплекс (1-4 классы)

100 **Суфле "Рыбка"** Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10 **49-02**

150 **Пюре картофельное** Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21 **21-62**

200 **Чай черный с ягодами(смородина)** Ккал-58, У/в-15 **6-38**

16 **Хлеб Чусовской обогащенный йодом** Ккал-34, Белки-1, У/в-7 **1-54**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-48, Белки-2, У/в-11 **2-40**

Итого за 1-4 (81-02)-завтрак Ккал-471, Белки-20, Жиры-16, У/в-63 **80-96**

Обед 5-11классы

15	Горошек консервированный	Ккал-24, Жиры-2, У/в-1	6-18
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	25-20
100	Поджарка из индейки	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	60-60
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	11-31
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-70
26	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	2-50
38	Слойка с малиной		24-80
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-692, Белки-25, Жиры-27, У/в-87	140-29

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано _____