



Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-67
75	Пирожок слоеный с творогом		29-11
Итого за Полдник(30)		Ккал-83, Белки-1, У/в-20	34-78
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	58-06
180/23	Рагу овощное /Овощи	Ккал-177, Белки-4, Жиры-9, У/в-19	29-27
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-569, Белки-29, Жиры-23, У/в-98	109-72
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
35	Батон с маслом сливочным	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	11-87
220	Творожный пудинг	Ккал-424, Белки-28, Жиры-20, У/в-34	61-95
20	Соус клубничный	Ккал-5, У/в-1	4-33
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	2-83
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-616, Белки-32, Жиры-27, У/в-63	80-98
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10/ 10/2	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом зелень	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	24-31
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	59-24
180/31	Рагу овощное /Овощи	Ккал-184, Белки-4, Жиры-10, У/в-20	31-96
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	19-99
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-755, Белки-28, Жиры-31, У/в-121	140-30

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна