



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 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
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
250/15	Плов Золотинка из индейки/Овощи	Ккал-374, Белки-16, Жиры-18, У/в-34	87-28
121	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-42
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	2-83
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-480, Белки-18, Жиры-19, У/в-72	109-93
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
120	Котлеты Школьные с соусом красным		45-91
150/33	Макаронные изделия отварные / овощи	Ккал-199, Белки-6, Жиры-4, У/в-35	22-91
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-55
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
23	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-49, Белки-2, У/в-11	2-21
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-383, Белки-11, Жиры-6, У/в-73	80-98
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	25-20
250/47	Плов Золотинка из индейки/Овощи	Ккал-419, Белки-18, Жиры-20, У/в-39	104-65
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-57
26	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	2-50
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-732, Белки-24, Жиры-27, У/в-97	140-32

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович



Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна



Согласовано
