



Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Компот из вишни</i>	Ккал-91, У/в-48	13-32
100	<i>Шаньга со сметаной</i>	Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51	21-38
Итого за Полдник(30)		Ккал-459, Белки-10, Жиры-14, У/в-99	34-70
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
120	<i>Голень запеченная в пряном соусе</i>	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-57
180/17	<i>Каша гречневая рассыпчатая, овощи</i>	Ккал-275, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	27-09
120	<i>Яблоко</i>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
200/5	<i>Чай с лимоном,,</i>	Ккал-39, У/в-10	4-20
25	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-655, Белки-27, Жиры-23, У/в-95	109-94
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
10/20/2 5	<i>Бутерброд Школьный на батоне</i>	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	23-71
250	<i>Каша Дружба молочная с маслом</i>	Ккал-159, Белки-5, Жиры-3, У/в-28	30-75
130	<i>Яблоко</i>	Белки-1, Жиры-1, У/в-14	18-72
200	<i>Чай с молоком</i>	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-55
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-404, Белки-11, Жиры-13, У/в-66	80-73

Обед 5-11классы

250/10/ 10	Суп пюре из овощей с зренками с филе кур	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	27-46
250/20 120	Плов Золотинка /Овощи Яблоко	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17 Белки-1, Жиры-1, У/в-13	81-26 17-28
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
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-421, Белки-14, Жиры-11, У/в-69 **140-32**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано

