



Школа Родники

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

Полдник

200/8	Чай с лимоном .	Ккал-39, У/в-10	5-02
75	Кекс творожный		29-89
Итого за Полдник(30)		Ккал-39, У/в-10	34-91

Комплекс1 (5-11классы)

120	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-57
180/32	Пюре картофельное/Овощи	Ккал-169, Белки-4, Жиры-5, У/в-26	39-00
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-573, Белки-22, Жиры-16, У/в-73	109-97

Комплекс (1-4 классы)

100	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8	47-15
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
30	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-64, Белки-2, У/в-14	2-88
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-58, Белки-2, У/в-13	2-88
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-513, Белки-20, Жиры-14, У/в-70	80-91

Обед 5-11классы

250/10	Суп из разных овощей со сметаной с мясом	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	27-85
120	Тефтели из мяса с соусом.	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	63-00
180/30	Каша гречневая рассыпчатая ,овощи	Ккал-293, Белки-9, Жиры-11, У/в-43	35-15
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	9-70
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 Обед5-11(140-37)		Ккал-830, Белки-24, Жиры-36, У/в-108	140-31

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано _____