



Школа Родники ()

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. 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 | 13-73 |
| 65 | <i>Крендель с сахаром</i> | | 21-02 |
| Итого за Полдник(30) | | Ккал-91, У/в-48 | 34-75 |
| <u>Комплексе (1-4 классы)</u> | | | |
| 25/10 | <i>Батон с маслом сливочным</i> | Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14 | 14-53 |
| 125 | <i>Йогурт</i> | Ккал-92, Белки-7, Белки-2, У/в-10 | 36-80 |
| 200 | <i>Каша пшеничная молочная с маслом</i> | Ккал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16 | 25-39 |
| 200/4 | <i>Чай с лимоном,</i> | Ккал-38, У/в-10 | 4-18 |
| Итого за 1-4 (81-02)-завтрак | | Ккал-379, Белки-16, Жиры-12, У/в-49 | 80-90 |
| <u>Обед 5-11классы</u> | | | |
| 250/10 | <i>Суп картофельный с крупой с мясом</i> | Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21 | 28-73 |
| 100 | <i>Гуляш из свинины с отрубями</i> | Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4 | 64-16 |
| 180/50 | <i>Каша гречневая рассыпчатая/помидор</i> | Ккал-321, Белки-10, Жиры-12, У/в-47 | 30-54 |
| 200 | <i>Напиток с витаминами Витошка</i> | Ккал-15, Белки-2, У/в-4 | 9-52 |
| 50 | <i>Хлеб Крестьянский витаминозированный</i> | Ккал-97, Белки-3, У/в-21 | 4-80 |
| 25 | <i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i> | Ккал-53, Белки-2, У/в-12 | 2-40 |
| Итого за Обед5-11(140-37) | | Ккал-734, Белки-34, Жиры-26, У/в-109 | 140-15 |

Комплекс1 (5-11классы)

| | | | |
|-------------------------------|---|--|---------------|
| 119 | Яблоко | У/в-11 | 17-14 |
| 100 | Гуляш из свинины с отрубями | Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4 | 64-16 |
| 180/40 | Каша гречневая рассыпчатая/помидор | Ккал-307, Белки-9, Жиры-12, У/в-45 | 28-78 |
| 200 | Напиток с витаминами Витошка | Ккал-15, Белки-2, У/в-4 | 9-52 |
| 30 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-58, Белки-2, У/в-13 | 2-88 |
| 25 | Хлеб Чусовской обоготенный йодом | Ккал-53, Белки-2, У/в-12 | 2-40 |
| Итого за 5-11 (125-00) | | Ккал-565, Белки-29, Жиры-19, У/в-88 | 124-88 |

Директор

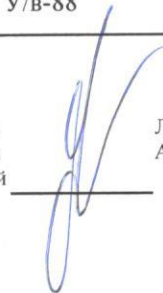


Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Александровна

Согласовано
