



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 клубники	Ккал-91, У/в-48	13-42
100	Шаньга со сметаной	Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51	21-25
Итого за Полдник(30)		Ккал-459, Белки-10, Жиры-14, У/в-99	34-67
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
10/20/2 5	Бутерброд Школьный на батоне	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	26-37
200	Каша Дружба молочная с маслом	Ккал-127, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	27-02
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-80
19	Батон Золотинка	Ккал-44, Белки-1, У/в-9	2-53
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-416, Белки-12, Жиры-13, У/в-69	81-00
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10/ 10	Суп пюре из овощей с гренками с филе кур	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	29-67
250/10	Плов Золотинка /огурец св.	Ккал-180, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	81-02
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
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
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-371, Белки-12, Жиры-10, У/в-58	140-37

Комплекс1 (5-11классы)

120	Бедро запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	58-54
180/45	Каша гречневая рассыпчатая/горошек конс.	Ккал-314, Белки-9, Жиры-12, У/в-46	38-84
124	Яблоко	У/в-11	17-86
200/7	Чай с лимоном	Ккал-39, У/в-10	5-00
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 (125-00)		Ккал-693, Белки-28, Жиры-24, У/в-99	124-94

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано