



Школа Родники ()

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

Полдник

200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	15-00
60	Крендель с сахаром		19-27
Итого за Полдник(30)		Ккал-91, У/в-48	34-27

Комплекс (1-4 классы)

25/10	Батон с сыром	Ккал-104, Белки-5, Жиры-3, У/в-14	14-05
125	Йогурт	Ккал-92, Белки-7, Белки-2, У/в-10	36-80
200	Каша пшеничная молочная с маслом	Ккал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16	25-39
200/6	Чай с лимоном,,,	Ккал-39, У/в-10	4-73
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-355, Белки-17, Жиры-8, У/в-49	80-97

Обед 5-11классы

250/10	Суп картофельный с крупой с мясом	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	28-73
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	64-16
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/помидор	Ккал-321, Белки-10, Жиры-12, У/в-47	30-54
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
50	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-97, Белки-3, У/в-21	4-80
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	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)

120	Яблоко	У/в-11	17-28
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
24	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-51, Белки-2, У/в-11	2-30
Итого за 5-11 (125-00)			124-92

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано

Итого за 5-11 (125-00) 124-92