



Школа Родники ()

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

Полдник

200 Чай с сахаром Ккал-58, У/в-15 3-08

80 Булочка Аппетитная с маком Ккал-233, Белки-6, Жиры-4, У/в-45 31-22

Итого за Полдник(30) Ккал-291, Белки-7, Жиры-4, У/в-60 34-30

Комплекс (1-4 классы)

25/10 Батон с сыром Ккал-104, Белки-5, Жиры-3, У/в-14 14-41

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

200/4 Чай с лимоном, Ккал-38, У/в-10 4-18

Итого за 1-4 (81-02)-завтрак Ккал-354, Белки-17, Жиры-8, У/в-49 80-78

Обед 5-11классы

250/10/2 Суп лапша домашняя с филе кур... Ккал-300, Белки-7, Жиры-15, У/в-35 19-43

300 Жаркое по домашнему из свинины Ккал-560, Белки-14, Жиры-11, У/в-52 100-31

200 Компот из вишни Ккал-91, У/в-48 15-26

25 Хлеб Крестьянский витаминизированный Ккал-48, Белки-2, У/в-11 2-64

25 Хлеб Чусовской обоготенный йодом Ккал-53, Белки-2, У/в-12 2-64

Итого за Обед5-11(140-37) Ккал-1 053, Белки-25, Жиры-26, У/в-157 140-28

Комплекс1 (5-11классы)

250/19 Жаркое по домашнему из свинины/кукуруза конс. Ккал-465, Белки-12, Жиры-9, У/в-43 93-09

200 Чай с сахаром Ккал-58, У/в-15 3-08

25 Хлеб Крестьянский витаминизированный Ккал-48, Белки-2, У/в-11 2-64

38 Слойка с малиной 26-08

Итого за 5-11 (125-00) Ккал-572, Белки-14, Жиры-10, У/в-69 124-89

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано _____