



Школа Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200/6	Чай с лимоном,,,	Ккал-39, У/в-10	4-73
65	Кекс творожный		30-13
Итого за Полдник(30)			34-86
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
95	Голень запеченная, пряная	Ккал-190, Белки-12, Жиры-9, У/в-8	55-56
150	Картофель в молоке	Ккал-125, Белки-3, Жиры-4, У/в-19	18-80
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-08
33	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-64, Белки-2, У/в-14	3-48
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак			80-92
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10	Суп из разных овощей со сметаной с мясом	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	29-63
120	Тефтели из мяса с соусом.	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	72-63
180/45	Каша гречневая вязкая/огурец св.	Ккал-169, Белки-6, Жиры-5, У/в-25	22-60
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	10-03
26	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	2-75
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-64
Итого за Обед5-11(140-37)			140-28
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
120	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	72-65
180/25	Пюре картофельное/огурец св.	Ккал-164, Белки-4, Жиры-5, У/в-25	32-24
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	15-26
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-64
20	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-42, Белки-2, У/в-9	2-11
Итого за 5-11 (125-00)			124-90

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано