



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 сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-90
70	Пирожок слоеный с творогом		29-10
Итого за Полдник(30)		Ккал-83, Белки-1, У/в-20	35-00
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
35	Батон с маслом сливочным	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	15-69
190	Творожный пудинг	Ккал-366, Белки-24, Жиры-17, У/в-29	57-15
22	Соус клубничный	Ккал-5, У/в-1	5-00
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-08
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-559, Белки-29, Жиры-25, У/в-59	80-92
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10/ 10	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	24-75
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	69-72
180/50	Рагу овощное /помидор	Ккал-201, Белки-5, Жиры-11, У/в-22	29-67
200	Компот из ягодной смеси	Ккал-91, У/в-48	10-59
28	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-54, Белки-2, У/в-12	2-96
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-64
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-778, Белки-28, Жиры-32, У/в-124	140-33
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	69-28
180/25	Рагу овощное /помидор	Ккал-179, Белки-4, Жиры-9, У/в-20	24-87
122	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-57
200	Компот из ягодной смеси	Ккал-91, У/в-48	10-59
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-64
Итого за 5-11 (125-00)		Ккал-571, Белки-30, Жиры-23, У/в-111	124-95

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано