

Школа Родники ()

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Полдник</u> | | | |
| 200 | Чай с сахаром | Ккал-58, У/в-15 | 3-13 |
| 100 | Пирожок слоеный с яблоком | | 31-86 |
| Итого за Полдник(30) | | Ккал-58, У/в-15 | 34-99 |
| <u>Комплекс1 (5-11классы)</u> | | | |
| 180/10 | Пюре картофельное/огурец св. | Ккал-152, Белки-4, Жиры-4, У/в-23 | 32-81 |
| 120 | Биточек мясной с соусом кр.осн | Ккал-275, Белки-16, Жиры-19, У/в-10 | 68-28 |
| 200 | Компот из вишни | Ккал-128, У/в-32 | 19-99 |
| 36 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-88, Белки-3, У/в-18 | 3-86 |
| Итого за 5-11 (125-00) | | Ккал-643, Белки-22, Жиры-23, У/в-83 | 124-94 |
| <u>Комплексе (1-4 классы)</u> | | | |
| 150 | Пюре картофельное | Ккал-212, Белки-6, Жиры-11, У/в-57 | 23-74 |
| 80/40 | Биточек мясной с соусом кр.осн. | Ккал-275, Белки-16, Жиры-19, У/в-10 | 55-18 |
| 200 | Чай с сахаром | Ккал-58, У/в-15 | 3-13 |
| 29 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-71, Белки-2, У/в-15 | 3-11 |
| Итого за 1-4 (85-20)-завтрак | | Ккал-616, Белки-24, Жиры-30, У/в-96 | 85-16 |
| <u>Обед 5-11классы</u> | | | |
| 250/10 | Суп из разных овощей со сметаной с мясом | Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11 | 30-07 |
| 120 | Тефтели из мяса с соусом. | Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17 | 73-72 |
| 180/15 | Каша гречневая рассыпчатая/огурец | Ккал-272, Белки-8, Жиры-11, У/в-40 | 29-70 |
| 200 | Напиток из шиповника | Ккал-131, Белки-1, У/в-32 | 10-18 |
| 38 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-93, Белки-3, У/в-19 | 4-07 |
| Итого за Обед5-11(147-79) | | Ккал-872, Белки-24, Жиры-35, У/в-119 | 147-74 |

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойЛуконина Ольга
Алексасовна