

Школа Родники ()

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

Полдник

200 **Компот из кураги** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **12-84**

85 **Коржик молочный** **22-10**

Итого за Полдник(30) Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **34-94**

Комплекс1 (5-11классы)

140 **Зразы Школьные с соусом.** Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7 **72-22**

180/20 **Каша гречневая вязкая/огурец св.** Ккал-150, Белки-5, Жиры-5, У/в-22 **23-15**

114 **Яблоко** У/в-12 **16-67**

200 **Напиток с витаминами Витошка** Ккал-64, Белки-1, У/в-16 **10-23**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-61, Белки-2, У/в-13 **2-68**

Итого за 5-11 (125-00) Ккал-510, Белки-22, Жиры-22, У/в-70 **124-95**

Комплекс (1-4 классы)

230 **Омлет с картофелем(запеченный)** Ккал-255, Белки-15, Жиры-13, У/в-19 **78-61**

200 **Чай с сахаром** Ккал-58, У/в-15 **3-13**

23 **Батон Золотинка** Ккал-54, Белки-2, У/в-11 **3-44**

Итого за 1-4 (85-20)-завтрак Ккал-367, Белки-16, Жиры-14, У/в-45 **85-18**

Обед 5-11классы

250/10 **Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом.** **27-10**

120 **Зразы Школьные с соусом** Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7 **58-13**

180/20 **Каша гречневая вязкая/огурец св.** Ккал-150, Белки-5, Жиры-5, У/в-22 **23-15**

115 **Яблоко** У/в-12 **16-81**

200 **Какао напиток Витошка** Ккал-373, Белки-3, Жиры-4, У/в-11 **17-12**

26 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-64, Белки-2, У/в-13 **2-79**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом** Ккал-63, Белки-2, У/в-9 **2-68**

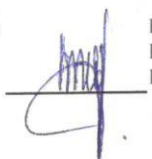
Итого за Обед5-11(147-79) Ккал-885, Белки-25, Жиры-25, У/в-74 **147-78**

Итого за Ккал-1 845, Белки-64, Жиры-61, У/в-210

392-85

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

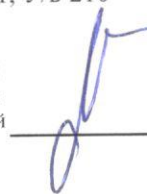


Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна



Согласовано _____