



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	3-13
95	Пирожок слоеный с яблоком		31-36

Итого за Полдник(30) Ккал-58, У/в-15 **34-49**

Комплекс1 (5-11классы)

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**

Комплекс (1-4 классы)

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**

Обед 5-11классы

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
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна