



Школа Родники ()


Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200/4	Чай с лимоном,	Ккал-38, У/в-10	4-24
70	Пирожок слоеный с творогом		30-54
Итого за Полдник(30)		Ккал-38, У/в-10	34-78
<u>Комплекс 1 (5-11 классы)</u>			
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	69-40
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	14-76
119	Яблоко	У/в-12	17-40
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-70
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-68
Итого за 5-11 (125-00)		Ккал-627, Белки-32, Жиры-18, У/в-132	124-94
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
220	Творожный пудинг	Ккал-191, Белки-14, Жиры-8, У/в-15	68-77
25	Соус клубничный	Ккал-6, У/в-2	5-77
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
50	Батон Золотинка	Ккал-117, Белки-3, У/в-25	7-48
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-372, Белки-18, Жиры-9, У/в-56	85-15
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10/ 10	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	25-12
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	71-27
180/30	Макаронные изделия отварные /горошек конс.	Ккал-233, Белки-7, Жиры-5, У/в-41	26-33
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-70
20	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-49, Белки-2, У/в-10	2-14
20	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-50, Белки-1, У/в-7	2-14
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-803, Белки-29, Жиры-26, У/в-137	147-70

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано _____