




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 яблок	Ккал-75, У/в-19	10-55
100	Шаньга со сметаной	Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51	24-36
Итого за Полдник(30)		Ккал-443, Белки-9, Жиры-14, У/в-70	34-91
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13	65-27
180/30	Каша гречневая вязкая/огурец св.	Ккал-158, Белки-5, Жиры-5, У/в-23	27-85
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-54
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
38	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-93, Белки-3, У/в-19	4-07
Итого за 5-11 (125-00)		Ккал-476, Белки-22, Жиры-15, У/в-84	124-96
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
10/20/2 5	Бутерброд Школьный на батоне	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	31-09
200	Каша Дружба молочная с маслом	Ккал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	31-56
119	Яблоко	У/в-12	17-40
200/7	Чай с лимоном	Ккал-60, У/в-15	5-08
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-348, Белки-9, Жиры-11, У/в-57	85-13
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10/ 10	Суп пюре из овощей с гренками с филе кур	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	32-36
250/10	Плов Золотинка /огурец св.	Ккал-180, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	84-29
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-54
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	10-23
31	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-76, Белки-2, У/в-16	3-32
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-438, Белки-12, Жиры-10, У/в-74	147-74
Итого за		Ккал-1 705, Белки-52, Жиры-51, У/в-285	392-74

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано _____