


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
95	Пирожок слоеный с яблоком		31-36
Итого за Полдник(30)		Ккал-58, У/в-15	34-49
<u>Комплекс I (5-11 классы)</u>			
180/10	Пюре картофельное/огурец св.	Ккал-152, Белки-4, Жиры-4, У/в-23	33-31
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
31	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-76, Белки-2, У/в-16	3-32
Итого за 5-11 (125-00)		Ккал-631, Белки-22, Жиры-23, У/в-80	124-90
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
150	Пюре картофельное	Ккал-212, Белки-6, Жиры-11, У/в-57	24-17
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
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-68
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-606, Белки-24, Жиры-30, У/в-94	85-16
<u>Обед 5-11 классы</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	30-19
200	Напиток из шиповника	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	10-18
33	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-81, Белки-3, У/в-17	3-53
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-860, Белки-24, Жиры-35, У/в-116	147-69

Директор


Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер


Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна