



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
69	Пирожок слоеный с творогом		31-74
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-58, У/в-15	34-87
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	70-42
215	Рагу овощное./горошек 180/35	Ккал-175, Белки-4, Жиры-9, У/в-19	35-52
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	20-46
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-68
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-68
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-609, Белки-32, Жиры-23, У/в-89	134-89
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
200	Творожный пудинг	Ккал-174, Белки-13, Жиры-7, У/в-14	70-09
25	Соус клубничный	Ккал-6, У/в-2	5-89
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
40	Батон Золотинка	Ккал-93, Белки-3, У/в-20	5-99
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-331, Белки-16, Жиры-8, У/в-50	85-10

Обед 5-11классы

250/10/ 10	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	23-52
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	56-26
215	Рагу овощное./горошек 180/35	Ккал-175, Белки-4, Жиры-9, У/в-19	35-52
200	Компот из вишни	Ккал-128, У/в-32	26-81
28	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-69, Белки-2, У/в-14	3-00
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-68
Итого за Обед5-11(147-79)		Ккал-813, Белки-28, Жиры-31, У/в-105	147-79
Итого за		Ккал-1 812, Белки-75, Жиры-62, У/в-258	402-65

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано
