



Школы 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 ягодной смеси | Ккал-91, У/в-48 | 13-20 |
| 100 | Булочка с корицей | Ккал-291, Белки-8, Жиры-5, У/в-57 | 20-83 |
| Итого за Полдник(35-00) | | Ккал-382, Белки-8, Жиры-5, У/в-105 | 34-03 |
| <u>Комплекс1 (5-11классы)</u> | | | |
| 285 | Жаркое по домашнему из свинины/кукуруза конс.250/35 | Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43 | 98-50 |
| 200 | Чай с сахаром | Ккал-58, У/в-15 | 3-13 |
| 20 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-49, Белки-2, У/в-10 | 2-14 |
| 38 | Слойка с малиной | | 30-69 |
| Итого за 5-11 (125-00) -135 | | Ккал-574, Белки-14, Жиры-10, У/в-68 | 134-46 |
| <u>Комплекс (1-4 классы)</u> | | | |
| 45 | Батон с маслом сливочным и сыром 25/10/10 | Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14 | 30-87 |
| 200 | Каша ячневая молочная с маслом | Ккал-119, Белки-3, Жиры-4, У/в-17 | 31-80 |
| 105 | Яблоко | У/в-11 | 17-91 |
| 205 | Чай с лимоном 200/5 | Ккал-39, У/в-10 | 4-52 |
| Итого за 1-4 (85-20)-завтрак | | Ккал-293, Белки-9, Жиры-13, У/в-51 | 85-10 |
| <u>Обед 5-11классы</u> | | | |
| 260 | Суп лапша домашняя с филе кур.. 250/10 | Ккал-300, Белки-7, Жиры-15, У/в-35 | 20-96 |
| 315 | Жаркое по домашнему из свинины/кукуруза конс.250/65 | Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43 | 115-55 |
| 200 | Компот из сухофруктов | Ккал-110, Белки-1, У/в-27 | 6-26 |
| 45 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-23 | 4-82 |
| Итого за Обед5-11(147-79) | | Ккал-988, Белки-23, Жиры-24, У/в-128 | 147-59 |
| Итого за | | Ккал-2 236, Белки-55, Жиры-53, У/в-351 | 401-18 |

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано _____