



Школы 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	Ккал-105, Белки-2, У/в-12	31-57
Итого за Полдник(35-00)		Ккал-163, Белки-2, У/в-27	34-70
<u>Комплекc1 (5-11классы)</u>			
140	Шницель мясной с соусом.	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	61-11
235	Пюре картофельное/огурец св. 180/60	Ккал-156, Белки-4, Жиры-4, У/в-24	50-94
200	Компот "Вишенка"	Ккал-128, У/в-32	18-91
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	3-51
Итого за 5-11 (125-00) -135		Ккал-619, Белки-22, Жиры-19, У/в-87	134-47
<u>Комплекc (1-4 классы)</u>			
150	Картофель в молоке	Ккал-125, Белки-3, Жиры-4, У/в-19	22-10
130	Биточек мясной с соусом кр.осн	Ккал-275, Белки-16, Жиры-19, У/в-10	48-84
200	Чай черный с ягодами(облепиха)	Ккал-74, У/в-9	6-26
40	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-98, Белки-3, У/в-20	4-68
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-92
Итого за 1-4 (85-20)-завтрак		Ккал-634, Белки-24, Жиры-23, У/в-66	84-80

Обед 5-11классы

100	Салат из капусты с луком	Ккал-114, Белки-1, Жиры-9, У/в-8	8-98
260	Суп из разных овощей со сметаной с мясом 250/10	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	29-38
130	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-209, Белки-16, Жиры-12, У/в-17	74-40
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	17-23
200	Напиток из шиповника	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	10-18
40	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-98, Белки-3, У/в-20	4-68
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-92

Итого за Обед 5-11(147-79) Ккал-1 008, Белки-33, Жиры-40, У/в-137 **147-77**

Итого за Ккал-2 425, Белки-81, Жиры-82, У/в-317 **401-74**

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой



Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано _____