

Школа Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Полдник

200 **Чай с сахаром** Ккал-58, У/в-15 **3-17**

75 **Крендель с сахаром** Ккал-83, Белки-1, У/в-9 **39-54**

Итого за Полдник(50-00) Ккал-141, Белки-2, У/в-24 **42-71**

Комплекс (1-4 классы)

10/20/2 **Бутерброд Школьный на батоне** Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7 **41-05**

200 **Каша пшенная молочная с маслом** Ккал-215, Белки-7, Жиры-7, У/в-33 **39-69**

116 **Яблоко** У/в-12 **20-08**

200 **Чай с сахаром** Ккал-58, У/в-15 **3-17**

25 **Батон Золотинка** Ккал-58, Белки-2, У/в-12 **4-36**

Итого за 1-4 (108,64)-завтрак Ккал-490, Белки-14, Жиры-15, У/в-79 **108-35**

Обед 5-11классы

60 **Огурчик хрустящий (с зеленью и маслом)** Ккал-40, Жиры-4, У/в-1 **30-64**

250/10 **Суп крестьянский с крупой с мясом.** Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21 **29-70**

100 **Гуляш из свинины с отрубями** Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13 **62-12**

180 **Каша гречневая рассыпчатая.** Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41 **20-81**

200 **Напиток с витаминами Витошка** Ккал-64, Белки-1, У/в-16 **10-38**

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-61, Белки-2, У/в-13 **3-11**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом** Ккал-63, Белки-2, У/в-9 **3-11**

Итого за Обед5-11(160-00) Ккал-785, Белки-28, Жиры-31, У/в-115 **159-87**

Комплекс1 (5-11классы)

60	Огурчик хрустящий (с зеленью и маслом)	Ккал-40, Жиры-4, У/в-1	30-56
110	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-177, Белки-13, Жиры-10, У/в-15	68-33
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-81
105	Яблоко	У/в-11	18-17
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-02
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-11
Итого за 5-11 (145,00)		Ккал-595, Белки-24, Жиры-26, У/в-90	145-00
Итого за		Ккал-2 011, Белки-68, Жиры-72, У/в-309	455-93

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано