



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 яблок	Ккал-75, У/в-19	11-82
100	Булочка с корицей	Ккал-291, Белки-8, Жиры-5, У/в-57	37-61
	Итого за Полдник(50-00)	Ккал-366, Белки-8, Жиры-5, У/в-75	49-43
	<u>Комплекс (1-4 классы)</u>		
25/10/1 0	Батон с маслом сливочным и сыром	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	40-42
220	Каша ячневая молочная с маслом	Ккал-131, Белки-3, Жиры-5, У/в-18	31-39
137	Мандарин	Ккал-45, Белки-1, Жиры-1, У/в-17	38-94
203	Чай с лимоном. 200/3	Ккал-38, У/в-10	4-54
60	Блинчики с начинкой	34-11	34-11
	Итого за 1-4 (149,52)-завтрак	Ккал-349, Белки-10, Жиры-14, У/в-58	149-40

Обед 5-11классы

250/15/ 5	Суп лапша домашняя с филе кур..	Ккал-303, Белки-7, Жиры-15, У/в-35	32-67
250	Жаркое по домашнему из говядины	Ккал-182, Белки-8, Жиры-12, У/в-15	160-03
200	Компот из сухофруктов	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	6-36
30	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	3-94
30	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-76, Белки-2, У/в-11	3-94
Итого за Обед5-11(206,94)		Ккал-744, Белки-20, Жиры-27, У/в-103	206-94

Комплекс1 (5-11классы)

100	Филе запеченное со сметаной с сыром 75/15/10	Ккал-202, Белки-29, Жиры-11, У/в-7	126-12
180	Каша гречневая рассыпчатая	Ккал-335, Белки-8, Жиры-10, У/в-41	20-81
120	Яблоко	Ккал-56, У/в-11	20-93
206	Чай с лимоном 200/6	Ккал-39, У/в-10	5-64
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
Итого за 5-11 (176,94) родит		Ккал-693, Белки-39, Жиры-21, У/в-81	176-94

Итого за Ккал-2 152, Белки-78, Жиры-68, У/в-317 **582-71**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано