



Школы Родники ()

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Полдник</u> | | | |
| 200 | <i>Компот из сухофруктов</i> | Ккал-92, У/в-22 | 6-36 |
| 100 | <i>Шаньга со сметаной</i> | Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51 | 37-56 |
| Итого за Полдник(50-00) | | Ккал-460, Белки-10, Жиры-14, У/в-73 | 43-92 |
| <u>Комплекс (1-4 классы)</u> | | | |
| 25/10/1 0 | <i>Батон с маслом сливочным и сыром</i> | Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14 | 40-42 |
| 250/10 | <i>Каша Дружба молочная с маслом с</i> | Ккал-326, Белки-9, Жиры-9, У/в-52 | 38-54 |
| 120 | <i>Яблоко</i> | Ккал-56, Белки-1, Жиры-1, У/в-13 | 23-36 |
| 200 | <i>Чай с молоком</i> | Ккал-109, Белки-3, Жиры-3, У/в-18 | 11-85 |
| 60 | <i>Блинчики с начинкой</i> | Ккал-155, Белки-3, Жиры-4, У/в-55 | 35-35 |
| Итого за 1-4 (149,52)-завтрак | | Ккал-782, Белки-21, Жиры-25, У/в-151 | 149-52 |
| <u>Обед 5-11классы</u> | | | |
| 205 | <i>Суп пюре из овощей с гренками</i> | Ккал-132, Белки-4, Жиры-5, У/в-16 | 23-56 |
| 240 | <i>Плов Золотинка из говядины</i> | Ккал-381, Белки-17, Жиры-18, У/в-32 | 144-62 |
| 200 | <i>Компот из смородины</i> | Ккал-91, У/в-48 | 31-88 |
| 25 | <i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i> | Ккал-61, Белки-2, У/в-13 | 3-44 |
| 25 | <i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i> | Ккал-63, Белки-2, У/в-9 | 3-44 |
| Итого за Обед5-11(206.94) | | Ккал-729, Белки-24, Жиры-24, У/в-117 | 206-94 |

Комплекс1 (5-11классы)

| | | | |
|-------------------------------------|---|--|---------------|
| 39 | Закуска "Огурец Молодец" | Ккал-23, Жиры-2, У/в-1 | 23-13 |
| 100 | Голень запеченная в пряном соусе | Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8 | 63-06 |
| 180 | Макаронные изделия отварные с сыром | Ккал-245, Белки-7, Жиры-6, У/в-38 | 60-40 |
| 200 | Компот "Вишенка" | Ккал-98, У/в-24 | 23-47 |
| 25 | Хлеб Крестьянский витаминизированный | Ккал-61, Белки-2, У/в-13 | 3-44 |
| 25 | Хлеб Чусовской обоготенный йодом | Ккал-63, Белки-2, У/в-9 | 3-44 |
| Итого за 5-11 (176,94) родит | | Ккал-691, Белки-24, Жиры-18, У/в-92 | 176-94 |
| Итого за | | Ккал-2 662, Белки-79, Жиры-80, У/в-433 | 577-32 |

Директор



Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой



Новоселова
Юлия Андреевна

Согласовано
