

Школа Родники ()

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

Комплекс (1-4 классы)

10/20/2 **Бутерброд Школьный на батоне**

Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7

19-38

134 **Яблоко**

У/в-12

19-30

200 **Каша Дружба молочная с маслом**

Ккал-127, Белки-4, Жиры-3, У/в-22

19-98

200 **Кофейный напиток с молоком**

Ккал-91, Белки-3, Жиры-3, У/в-13

11-46

25 **Батон Золотинка**

Ккал-58, Белки-2, У/в-12

2-82

Итого за 1-4 (72-95)-завтрак Ккал-434, Белки-13, Жиры-14, У/в-67

72-94

Комплекс I (5-11 классы)

10 **Огурцы свежие порционные**

3-27

145 **Яблоко**

Белки-1, Жиры-1, У/в-13

20-88

180 **Каша гречневая вязкая.**

Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27

12-64

100 **Тефтели мясные**

Ккал-204, Белки-14, Жиры-12, У/в-9

60-26

200/5 **Чай с лимоном,,**

3-85

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом**

Ккал-53, Белки-2, У/в-12

2-04

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный**

Ккал-48, Белки-2, У/в-11

2-04

Итого за 5-11 (105-00) Ккал-485, Белки-24, Жиры-19, У/в-71

104-98

Обед 5-11 классы

10 **Огурцы свежие порционные**

3-26

145 **Яблоко**

Белки-1, Жиры-1, У/в-15

20-88

250/10 **Суп пюре из разных овощей с гренками**

Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13

14-53

180 **Каша гречневая вязкая.**

Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27

12-64

100 **Тефтели мясные**

Ккал-204, Белки-14, Жиры-12, У/в-9

60-26

200/5 **Чай с лимоном,,**

3-85

25 **Хлеб Крестьянский витаминизированный**

Ккал-48, Белки-2, У/в-11

2-04

25 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом**

Ккал-53, Белки-2, У/в-12

2-04

Итого за Обед 5-11(120) Ккал-603, Белки-28, Жиры-24, У/в-86

119-50

Полдник

200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-39
50	Слойка с конфитюром		23-84
Итого за Полдник(30)		Ккал-83, Белки-1, У/в-20	29-23

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано