



Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
37	Горошек консервированный	Ккал-58, Жиры-5, У/в-2	15-24
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	21-90
100	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-23
200	Напиток Золотой шар	Ккал-15, У/в-4	7-20
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-18
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
Итого за 5-11 (105-00)		Ккал-694, Белки-27, Жиры-28, У/в-79	104-93
<u>Полдник</u>			
200	Чай с сахаром		2-48
75	Кекс творожный		27-53
Итого за Полдник(30)			30-01
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
20	Огурцы свежие порционные		6-53
150	Каша гречневая вязкая	Ккал-150, Белки-5, Жиры-5, У/в-22	10-79
90	Котлета рубленая из филе куриного с отрубями .	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	53-53
200	Чай с сахаром		2-48
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-530, Белки-26, Жиры-44, У/в-365	75-51

Обед 5-11классы

25	Горошек консервированный	Ккал-39, Жиры-4, У/в-1	10-29
250/10	Суп из разных овощей со сметаной с мясом	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	33-03
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	21-90
100	Голень запеченная в пряном соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-23
200	Напиток Золотой шар	Ккал-15, У/в-4	7-20
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-18
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-741, Белки-28, Жиры-33, У/в-78	130-83

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Александровна

Согласовано