

Школа Родники

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

Комплекс I (5-11 классы)

20	Горошек консервированный	Ккал-32, Жиры-3, У/в-1	8-23
120	Яблоко	У/в-11	17-28
180	Каша гречневая вязкая.	Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27	14-43
100	Гуляш из свинины	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	54-12
200	Напиток с витаминами	Ккал-15, У/в-4	8-48
	Витошка		
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (105-00)		Ккал-407, Белки-22, Жиры-15, У/в-57	104-94

Полдник

200/5	Чай с лимоном,,		4-59
65	Рогалик маковый		24-91
Итого за Полдник(30)			29-50

Комплекс (1-4 классы)

25/10/1 0	Батон с маслом сливочным и сыром	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	23-30
126	Яблоко	У/в-11	18-14
200	Каша рисовая молочная с маслом	Ккал-109, Белки-2, Жиры-4, У/в-16	25-98
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-94
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-331, Белки-9, Жиры-15, У/в-58	75-36

Комплекс (5-11 классы)

25/10/1 5	Батон с маслом сливочным и сыром,,	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	29-01
124	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-86
250	Каша рисовая молочная с маслом	Ккал-136, Белки-2, Жиры-5, У/в-20	32-47
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-94
Итого за 5-11 (87-29)		Ккал-358, Белки-10, Жиры-16, У/в-63	87-28

Обед 5-11 классы

10	Горошек консервированный	Ккал-16, Жиры-1, У/в-1	4-12
120	Яблоко	У/в-11	17-28
250/10	Суп картофельный с крупой с мясом	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	30-02
180	Каша гречневая вязкая.	Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27	14-43
100	Гуляш из свинины	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	54-12
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, У/в-4	8-48
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за Обед 5-11 (130-94)		Ккал-508, Белки-25, Жиры-20, У/в-77	130-85

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано