




Школа 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 кураги	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	15-06
85	Коржик молочный		19-53
Итого за Полдник(30)		Ккал-83, Белки-1, У/в-20	34-59
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
250	Омлет с картофелем(запеченный)		63-96
200	Чай черный с ягодами(смородина)	Ккал-58, У/в-15	6-52
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-159, Белки-4, Жиры-1, У/в-37	75-28
<u>Обед 5-11классы</u>			
60	Огурцы свежие порционные	Ккал-16, Жиры-1	7-35
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом.		22-99
180	Каша гречневая вязкая.	Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27	12-44
120	Зразы Школьные с соусом	Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7	50-98
125	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	18-00
200	Какао с молоком	Ккал-138, Белки-4, Жиры-4, У/в-23	14-27
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-670, Белки-27, Жиры-27, У/в-92	130-83
<u>Комплекс I (5-11классы)</u>			
40	Огурцы свежие порционные		4-90
180	Рагу овощное..	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	18-71
140	Зразы Школьные с соусом.	Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7	63-38
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-12
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-458, Белки-18, Жиры-23, У/в-58	109-79

Директор


Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой



Луконина Ольга
Александровна

Согласовано _____