

Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	Сок фруктовый.	Ккал-60, У/в-15	23-40
70	Пирожки печеные с яблоком		10-86
Итого за Полдник(30)		Ккал-60, У/в-15	34-26
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
35	Батон с маслом сливочным	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	11-87
220	Творожный пудинг с соусом клубничным	Ккал-482, Белки-32, Жиры-22, У/в-38	60-39
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-12
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-669, Белки-36, Жиры-30, У/в-67	75-38
<u>Обед 5-11 классы</u>			
28	Горошек консервированный	Ккал-44, Жиры-4, У/в-2	11-53
250/10/10/2	Суп картофельный с бобовыми и гречками с мясом зелень	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	22-91
180	Рагу овощное..	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	18-68
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	58-91
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	13-89
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-732, Белки-26, Жиры-31, У/в-115	130-72

<u>Комплекс1 (5-11 классы)</u>			
35	Горошек консервированный	Ккал-55, Жиры-5, У/в-2	14-41
180	Рагу овощное..	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	18-68
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	58-09
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	13-89
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-616, Белки-30, Жиры-25, У/в-106	109-87

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойЛукошина Ольга
Александровна

Согласовано