

Школа Родники

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

Полдник

200	Компот из клубники	Ккал-91, У/в-48	13-32
100	Шаньга со сметаной		21-68
Итого за Полдник(30)		Ккал-91, У/в-48	35-00

Комплекс (1-4 классы)

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

Обед 5-11классы

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	Каши 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	50-97
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	130-82

Комплекс1 (5-11классы)

40	Огурцы свежие порционные		4-90
180	Рагу овощное..	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	18-68
140	Зразы Школьные с соусом.	Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7	63-37
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	109-75

Директор

Рогонов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойЛуконина Ольга
Александровна

Согласовано