



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-92, У/в-23	23-40
65	Манник	Ккал-245, Белки-3, Жиры-12, У/в-30	11-07
Итого за Полдник(30)		Ккал-337, Белки-4, Жиры-13, У/в-52	34-47
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
40	Помидоры свежие порционные	Ккал-9, У/в-2	7-68
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	9-44
120	Котлеты Школьные с соусом красным		45-80
200	Чай с молоком	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	7-72
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-382, Белки-10, Жиры-6, У/в-73	75-44
<u>Обед 5-11классы</u>			
30	Кукуруза консервированная	Ккал-47, Жиры-4, У/в-2	15-00
250/10	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	24-78
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	80-45
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	5-89
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 Обед5-11(130-94)		Ккал-740, Белки-23, Жиры-29, У/в-95	130-92

Комплекс1 (5-11классы)

25	Помидоры свежие порционные	Ккал-6, У/в-1	4-80
117	Яблоко	У/в-10	16-85
250	Плов Золотинка из индейки.	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	80-45
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-00
25	Хлеб Чусовской обогащенный 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 5-11 (110-00) Ккал-546, Белки-20, Жиры-19, У/в-84 **109-90**

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано