



Школа Родники

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

Полдник

200/5 Чай с лимоном,, 4-37

75 Кекс творожный 30-39

Итого за Полдник(30) 34-76

Комплекс (1-4 классы)

42 Помидоры свежие порционные Ккал-9, У/в-2 8-06

150 Рис припущенный Ккал-193, Белки-4, Жиры-3, У/в-37 13-35

120 Шницель мясной с соусом Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16 46-23

200 Чай с сахаром Ккал-58, У/в-15 3-00

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 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-622, Белки-23, Жиры-18, У/в-92 75-44

Обед 5-11классы

30 Горошек консервированный Ккал-47, Жиры-4, У/в-2 12-35

Борщ с капустой и

250/10 картофелем со сметаной с мясом. Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13 26-49

180 Макароны запеченные с сыром Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38 26-99

100 Соус Болоньеze Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9 50-99

200 Напиток с витаминами Витошка Ккал-15, Белки-2, У/в-4 9-52

23 Хлеб Чусовской обоготенный йодом Ккал-49, Белки-2, У/в-11 2-21

25 Хлеб Крестьянский витаминизированный Ккал-48, Белки-2, У/в-11 2-40

Итого за Обед5-11(130-94) Ккал-787, Белки-31, Жиры-39, У/в-87 130-95

Комплекс1 (5-11классы)

30	Помидоры свежие порционные	Ккал-7, У/в-1	5-76
180	Макароны запеченные с сыром	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	26-99
100	Соус Болоньезе	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	50-99
120	Яблоко	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-28
200	Чай черный с ягодами(смородина)	Ккал-58, У/в-15	6-46
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-626, Белки-25, Жиры-29, У/в-87	109-88

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Александровна

Согласовано