

Школа Родники

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

Полдник

200 **Компот из вишни** Ккал-91, У/в-48 **13-69**

75 **Крендель с сахаром** **20-39**

Итого за Полдник(30) Ккал-91, У/в-48 **34-08**

Комплекс (1-4 классы)

25/10 **Батон с маслом сливочным** Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14 **11-87**

125 **Йогурт** Ккал-92, Белки-7, Белки-2, У/в-10 **36-80**

200 **Каша пшенная молочная с маслом** Ккал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16 **22-70**

200/4 **Чай с лимоном,** **4-09**

Итого за 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-341, Белки-16, Жиры-12, У/в-39 **75-46**

Обед 5-11 классы

33 **Кукуруза консервированная** Ккал-52, Жиры-5, У/в-2 **16-50**

250/10 **Суп картофельный с крупой с мясом** Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21 **26-17**

100 **Гуляш из свинины с отрубями** Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4 **53-52**

180 **Каша гречневая рассыпчатая.** Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41 **20-15**

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

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 Обед5-11(130-94) Ккал-696, Белки-31, Жиры-29, У/в-94 **130-66**

Комплекс1 (5-11классы)

40	Огурцы свежие порционные		7-19
119	Яблоко	У/в-11	17-14
100	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	53-52
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
200	Напиток с витаминами Витошка	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	9-52
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)			109-92

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано