

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 **13-12**

100 **Шаньга со сметаной** **21-22**

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

Комплекс (1-4 классы)

10/20/2 **Бутерброд Школьный на батоне** Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7 **23-71**

137 **Яблоко** У/в-12 **19-73**

200 **Каша Дружба молочная с маслом** Ккал-127, Белки-4, Жиры-3, У/в-22 **24-33**

200 **Чай с молоком** Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17 **7-72**

Итого за 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-59 **75-49**

Обед 5-11классы

28 **Кукуруза консервированная** Ккал-44, Жиры-4, У/в-2 **14-00**

250/10 **Суп пюре из разных овощей с гренками** Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13 **15-82**

250 **Плов Золотинка** Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17 **69-14**

120 **Яблоко** Белки-1, Жиры-1, У/в-13 **17-28**

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-465, Белки-14, Жиры-15, У/в-70 **130-56**

Комплекс1 (5-11классы)

38	Огурцы свежие порционные	Ккал-10, Жиры-1	6-82
120	Яблоко	У/в-11	17-28
120	Голень запеченная в прямом соусе	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	56-57
180	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	20-15
205	Чай с лимоном,,		4-37
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 5-11 (110-00)		Ккал-631, Белки-28, Жиры-24, У/в-84	109-99

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано