

Школа Родники

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

Полдник

200/7 **Чай с лимоном** Ккал-39, У/в-10 **4-92**

85 **Булочка Аппетитная с
маком** **29-69**

Итого за Полдник(30) Ккал-39, У/в-10 **34-61**

Комплекс (1-4 классы)

100 **Тефтели из мяса с соусом** Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17 **49-08**

180 **Рис припущенный.** Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45 **16-02**

200 **Чай черный с
ягодами(облепиха)** Ккал-58, У/в-15 **5-14**

30 **Хлеб Крестьянский
витаминизированный** Ккал-58, Белки-2, У/в-13 **2-88**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный
йодом** Ккал-53, Белки-2, У/в-12 **2-40**

Итого за 1-4 (75-58)-завтрак Ккал-662, Белки-18, Жиры-21, У/в-101 **75-52**

Обед 5-11классы

30 **Кукуруза консервированная** Ккал-47, Жиры-4, У/в-2 **15-00**

250/10/1 **Суп лапша домашняя с филе
кур...** Ккал-299, Белки-7, Жиры-14, У/в-35 **17-48**

250 **Жаркое по домашнему из
свинины** Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43 **73-32**

200 **Компот из смородины** Ккал-91, У/в-48 **20-26**

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-1 006, Белки-23, Жиры-29, У/в-150 **130-86**

Комплекс1 (5-11классы)

28	Кукуруза консервированная	Ккал-44, Жиры-4, У/в-2	14-00
250	Жаркое по домашнему из свинины	Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43	73-32
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-26
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)			109-98

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна

Согласовано