

**Школа Родники**

| Выход (г)                           | Наименование блюда                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Полдник</u></b>               |   |  |                               |
| 200                                 | <b>Компот из вишни</b>                          | Ккал-91, У/в-48  | <b>13-42</b>                  |
| 80                                  | <b>Крендель с сахаром</b>                       |  | <b>21-44</b>                  |
| <b>Итого за Полдник(30)</b>         |   | Ккал-91, У/в-48  | <b>34-86</b>                  |
| <b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b> |   |  |                               |
| 25/10                               | <b>Батон с маслом сливочным</b>                 | Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14  | <b>11-87</b>                  |
| 125                                 | <b>Йогурт</b>                                   | Ккал-92, Белки-7, Жиры-2, У/в-10   | <b>36-80</b>                  |
| 200                                 | <b>Каша пшеничная молочная с<br/>маслом</b>     | Ккал-120, Белки-3, Жиры-5, У/в-16  | <b>22-63</b>                  |
| 200/4                               | <b>Чай с лимоном,</b>                           |  | <b>3-92</b>                   |
| <b>Итого за 1-4 (75-58)-завтрак</b> |   | Ккал-341, Белки-16, Жиры-12, У/в-39  | <b>75-22</b>                  |
| <b><u>Обед 5-11классы</u></b>       |   |  |                               |
| 33                                  | <b>Кукуруза консервированная</b>                | Ккал-52, Жиры-5, У/в-2   | <b>16-50</b>                  |
| 250/10                              | <b>Суп картофельный с крупой<br/>с мясом</b>    | Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21  | <b>26-44</b>                  |
| 100                                 | <b>Гуляш из свинины с<br/>отрубями</b>          | Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4  | <b>53-45</b>                  |
| 180                                 | <b>Каша гречневая<br/>рассыпчатая.</b>          | Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41   | <b>20-15</b>                  |
| 200                                 | <b>Напиток с витаминами<br/>Витошка</b>         | Ккал-15, Белки-2, У/в-4  | <b>9-52</b>                   |
| 25                                  | <b>Хлеб Крестьянский<br/>витаминозированный</b> | Ккал-48, Белки-2, У/в-11   | <b>2-40</b>                   |
| 25                                  | <b>Хлеб Чусовской обоготенный<br/>йодом</b>     | Ккал-53, Белки-2, У/в-12   | <b>2-40</b>                   |
| <b>Итого за Обед5-11(130-94)</b>    |   | Ккал-696, Белки-31, Жиры-29, У/в-94  | <b>130-86</b>                 |

Комплекс1 (5-11классы)

|                               |   |                                    |               |
|-------------------------------|---|------------------------------------|---------------|
| 22                            | <b>Огурцы свежие порционные</b>             |                                    | <b>7-18</b>   |
| 120                           | <b>Яблоко</b>                               | У/в-11                             | <b>17-28</b>  |
| 100                           | <b>Гуляш из свинины с отрубями</b>          | Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4  | <b>53-45</b>  |
| 180                           | <b>Каша гречневая рассыпчатая.</b>          | Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41 | <b>20-15</b>  |
| 200                           | <b>Напиток с витаминами Витошка</b>         | Ккал-15, Белки-2, У/в-4            | <b>9-52</b>   |
| 25                            | <b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b> | Ккал-48, Белки-2, У/в-11           | <b>2-40</b>   |
| <b>Итого за 5-11 (110-00)</b> |   |                                    | <b>109-98</b> |

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано