



## Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Напиток из шиповника</i>	Ккал-64, У/в-16	9-70
65	<i>Пирожок слоеный с творогом</i>		24-60
Итого за Полдник(30)		Ккал-64, У/в-16	34-30
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
19	<i>Горошек консервированный</i>	Ккал-30, Жиры-3, У/в-1	7-82
100	<i>Филе куриное тушеное в сметанном соусе</i>	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	58-06
180	<i>Рагу овощное..</i>	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	21-48
200	<i>Компот из смородины</i>	Ккал-91, У/в-48	19-99
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-538, Белки-28, Жиры-22, У/в-93	109-75
<u>Комплексе (1-4 классы)</u>			
35	<i>Батон с маслом сливочным</i>	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	11-87
220	<i>Творожный пудинг</i>	Ккал-424, Белки-28, Жиры-20, У/в-34	61-95
20	<i>Соус клубничный</i>	Ккал-5, У/в-1	4-33
200	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-58, У/в-15	2-83
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-616, Белки-32, Жиры-27, У/в-63	80-98
<u>Обед 5-11классы</u>			
25	<i>Горошек консервированный</i>	Ккал-39, Жиры-4, У/в-1	10-29
250/10/ 10/2	<i>Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом зелень</i>	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	24-26
140	<i>Котлета по Домашнему с соусом</i>	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	59-24
180	<i>Рагу овощное..</i>	Ккал-116, Белки-3, Жиры-6, У/в-13	21-48
200	<i>Компот из смородины</i>	Ккал-91, У/в-48	19-99
28	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-54, Белки-2, У/в-12	2-69
25	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-733, Белки-26, Жиры-31, У/в-116	140-35

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано