



# Школа Родники

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

## Полдник

200 **Компот из кураги** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **14-93**

95 **Коржик молочный** **19-76**

**Итого за Полдник(30)** Ккал-83, Белки-1, У/в-20 **34-69**

## Комплекс1 (5-11классы)

140 **Зразы Школьные с соусом.** Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7 **64-38**

180 **Рагу овощное** Ккал-175, Белки-4, Жиры-9, У/в-19 **21-55**

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

200/5 **Чай с лимоном,,** **4-20**

26 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-50, Белки-2, У/в-11 **2-50**

**Итого за 5-11 (110-00)** Ккал-460, Белки-19, Жиры-26, У/в-50 **109-91**

## Комплекс (1-4 классы)

250 **Омлет с картофелем(запеченный)** **68-10**

200 **Чай черный с ягодами(смородина)** Ккал-58, У/в-15 **6-38**

49 **Батон Золотинка** Ккал-114, Белки-3, У/в-24 **6-53**

**Итого за 1-4 (81-02)-завтрак** Ккал-172, Белки-4, У/в-39 **81-01**

Обед 5-11классы

24	<b>Помидоры свежие порционные</b>	Ккал-5, У/в-1	<b>8-06</b>
250/10	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом.</b>		<b>24-80</b>
120	<b>Зразы Школьные с соусом</b>	Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7	<b>51-78</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая.</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>20-15</b>
120	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-28</b>
200	<b>Какао с молоком</b>	Ккал-138, Белки-4, Жиры-4, У/в-23	<b>13-38</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
26	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	<b>2-50</b>
<b>Итого за Обед 5-11(140-37)</b>		<b>Ккал-760, Белки-29, Жиры-32, У/в-108</b>	<b>140-35</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано

11-78

20-15

17-28

13-38

2-40

2-50

10-3

на Оль

сасовна