

**Школа Родники**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200/8	<b>Чай с лимоном</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>5-02</b>
75	<b>Кекс творожный</b>		<b>29-89</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-39, У/в-10	<b>34-91</b>
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
21	<b>Горошек консервированный</b>	Ккал-33, Жиры-3, У/в-1	<b>8-65</b>
100	<b>Соус Болоньезе</b>	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	<b>52-45</b>
180	<b>Макароны запеченные с сыром</b>	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	<b>26-14</b>
121	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-42</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>2-83</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>		Ккал-653, Белки-25, Жиры-32, У/в-87	<b>109-89</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
35	<b>Помидоры свежие порционные</b>	Ккал-8, У/в-1	<b>11-76</b>
150	<b>Рис припущенный</b>	Ккал-193, Белки-4, Жиры-3, У/в-37	<b>13-35</b>
120	<b>Шницель мясной с соусом</b>	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	<b>46-34</b>
200/7	<b>Чай с лимоном</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>4-75</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		Ккал-602, Белки-23, Жиры-18, У/в-86	<b>81-00</b>



Обед 5-11классы

14	<b>Помидоры свежие порционные</b>	Ккал-3, У/в-1	<b>4-70</b>
250/10	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.</b>	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	<b>27-70</b>
100	<b>Соус Болоньезе</b>	Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9	<b>52-45</b>
180	<b>Макаронны запеченные с сыром</b>	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	<b>26-14</b>
120	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-28</b>
200	<b>Напиток с витаминами</b>	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	<b>9-52</b>
25	<b>Витошка</b>		
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>

---

**Итого за Обед5-11(140-37)** Ккал-694, Белки-29, Жиры-35, У/в-88 **140-19**

---

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано

---