



# Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>19-99</b>
85	<b>Манник</b>	Ккал-320, Белки-4, Жиры-16, У/в-39	<b>14-86</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-411, Белки-5, Жиры-16, У/в-87	<b>34-85</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
250/15	<b>Плов Золотинка из индейки/Овощи</b>	Ккал-374, Белки-16, Жиры-18, У/в-34	<b>87-28</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-480, Белки-18, Жиры-19, У/в-72	<b>109-93</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
120	<b>Котлеты Школьные с соусом красным</b>		<b>45-91</b>
150/33	<b>Макаронные изделия отварные / овощи</b>	Ккал-199, Белки-6, Жиры-4, У/в-35	<b>22-91</b>
200	<b>Чай с молоком</b>	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	<b>7-55</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>
23	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-49, Белки-2, У/в-11	<b>2-21</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		Ккал-383, Белки-11, Жиры-6, У/в-73	<b>80-98</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/10	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,</b>	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	<b>25-20</b>
250/47	<b>Плов Золотинка из индейки/Овощи</b>	Ккал-419, Белки-18, Жиры-20, У/в-39	<b>104-65</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>5-57</b>
26	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	<b>2-50</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		Ккал-732, Белки-24, Жиры-27, У/в-97	<b>140-32</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано \_\_\_\_\_