



## Школа Родники

| Выход (г)                     | Наименование блюда                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Полдник</u>                |   |  |                               |
| 200/8                         | Чай с лимоном .                         | Ккал-39, У/в-10  | 5-02                          |
| 75                            | Кекс творожный                          |  | 29-89                         |
| Итого за Полдник(30)          |   | Ккал-39, У/в-10  | 34-91                         |
| <u>Комплекс1 (5-11классы)</u> |   |  |                               |
| 100                           | Соус Болоньезе                          | Ккал-213, Белки-13, Жиры-17, У/в-9   | 52-45                         |
| 180/25                        | Макароны запеченные с<br>сыром /Овощи   | Ккал-308, Белки-10, Жиры-11, У/в-39  | 34-54                         |
| 123                           | Яблоко                                  | Белки-1, Жиры-1, У/в-13  | 17-71                         |
| 200                           | Чай с сахаром                           | Ккал-58, У/в-15  | 2-83                          |
| 25                            | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный | Ккал-48, Белки-2, У/в-11   | 2-40                          |
| Итого за 5-11 (110-00)        |   | Ккал-627, Белки-25, Жиры-29, У/в-87  | 109-93                        |
| <u>Комплекс (1-4 классы)</u>  |   |  |                               |
| 150/35                        | Рис припущенный /овощи                  | Ккал-210, Белки-4, Жиры-4, У/в-40  | 25-11                         |
| 120                           | Шницель мясной с соусом                 | Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16  | 46-34                         |
| 200/7                         | Чай с лимоном                           | Ккал-39, У/в-10  | 4-75                          |
| 25                            | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный | Ккал-48, Белки-2, У/в-11   | 2-40                          |
| 25                            | Хлеб Чусовской обоготенный<br>йодом     | Ккал-53, Белки-2, У/в-12   | 2-40                          |
| Итого за 1-4 (81-02)-завтрак  |   | Ккал-611, Белки-23, Жиры-19, У/в-88  | 81-00                         |

Обед 5-11классы

|                                  |  |                                     |               |
|----------------------------------|--|-------------------------------------|---------------|
| 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>  |
| 180/24                           | <b>Макароны запеченные с сыром /Овощи</b>                | Ккал-307, Белки-10, Жиры-11, У/в-39 | <b>30-84</b>  |
| 121                              | <b>Яблоко</b>  | Белки-1, Жиры-1, У/в-13             | <b>17-42</b>  |
| 200                              | <b>Напиток с витаминами</b>                              | Ккал-15, Белки-2, У/в-4             | <b>9-52</b>   |
|                                  | <b>Витошка</b>   |                                     |               |
| 25                               | <b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>              | Ккал-48, Белки-2, У/в-11            | <b>2-40</b>   |
| <b>Итого за Обед5-11(140-37)</b> |  | Ккал-697, Белки-29, Жиры-35, У/в-88 | <b>140-33</b> |

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано