



# 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	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 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 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 витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
25	Хлеб Чусовской обоготенный 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 Витошка</b>	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	<b>9-52</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>		<b>Ккал-697, Белки-29, Жиры-35, У/в-88</b>	<b>140-33</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано