



# 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>			
200/8	<b>Чай с лимоном</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>5-02</b>
85	<b>Булочка Аппетитная с маком</b>	Ккал-247, Белки-7, Жиры-4, У/в-48	<b>29-55</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-287, Белки-7, Жиры-4, У/в-58	<b>34-57</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
250/20	<b>Жаркое по домашнему из свинины/овоци</b>	Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43	<b>84-91</b>
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>19-99</b>
28	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-54, Белки-2, У/в-12	<b>2-69</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за 5-11 (110-00)</b>		Ккал-665, Белки-16, Жиры-10, У/в-115	<b>109-99</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
100	<b>Тефтели из мяса с соусом</b>	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	<b>50-57</b>
180/20	<b>Рис припущенный/овоци</b>	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	<b>22-74</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>
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-652, Белки-18, Жиры-21, У/в-99	<b>80-94</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/10	<b>Суп лапша домашняя с филе кур...</b>	Ккал-298, Белки-7, Жиры-14, У/в-34	<b>17-63</b>
300/20	<b>Жаркое по домашнему из свинины/овоци.</b>	Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43	<b>97-89</b>
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>19-99</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 Обед5-11(140-37)</b>		Ккал-957, Белки-23, Жиры-24, У/в-148	<b>140-31</b>

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано

---