



# 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 клубники</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>13-42</b>
100	<b>Шаньга со сметаной</b>	Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51	<b>21-25</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		<b>Ккал-459, Белки-10, Жиры-14, У/в-99</b>	<b>34-67</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
10/20/2 5	<b>Бутерброд Школьный на батоне</b>	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	<b>26-37</b>
200	<b>Каша Дружба молочная с маслом</b>	Ккал-127, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	<b>27-02</b>
120	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-28</b>
200	<b>Чай с молоком</b>	Ккал-87, Белки-2, Жиры-2, У/в-17	<b>7-80</b>
19	<b>Батон Золотинка</b>	Ккал-44, Белки-1, У/в-9	<b>2-53</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		<b>Ккал-416, Белки-12, Жиры-13, У/в-69</b>	<b>81-00</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/10/ 10	<b>Суп пюре из овощей с гренками с филе кур</b>	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	<b>29-67</b>
250/10	<b>Плов Золотинка /огурец св.</b>	Ккал-180, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	<b>81-02</b>
120	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-28</b>
200	<b>Напиток с витаминами Витошка</b>	Ккал-15, Белки-2, У/в-4	<b>9-52</b>
30	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-58, Белки-2, У/в-13	<b>2-88</b>
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		<b>Ккал-371, Белки-12, Жиры-10, У/в-58</b>	<b>140-37</b>

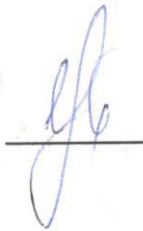
Комплекс1 (5-11классы)

120	<b>Голень запеченная в пряном соусе</b>	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	<b>67-40</b>
180/20	<b>Каша гречневая рассыпчатая/кукуруза конс.</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>31-74</b>
124	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-86</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-08</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		Ккал-679, Белки-28, Жиры-23, У/в-101	<b>124-88</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексаовна

Согласовано

