

# Школа Родники ()

Выход (г)	Для документов	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	----------------	--------------------	---	-------------------------

## Полдник

200/3		<b>Чай с лимоном.</b>	Ккал-38, У/в-10	<b>3-90</b>
70		<b>Кекс творожный</b>		<b>30-86</b>

**Итого за Полдник(30)** Ккал-38, У/в-10 **34-76**

## Комплекс (1-4 классы)

100		<b>Голень запеченная в пряном соусе</b>	Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8	<b>56-17</b>
150		<b>Картофель в молоке</b>	Ккал-125, Белки-3, Жиры-4, У/в-19	<b>18-13</b>
200		<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-08</b>
37		<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-71, Белки-2, У/в-16	<b>3-55</b>

**Итого за 1-4 (81-02)-завтрак** Ккал-454, Белки-18, Жиры-14, У/в-57 **80-93**

## Обед 5-11классы

250/10		<b>Суп из разных овощей со сметаной с мясом</b>	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	<b>29-04</b>
120		<b>Тефтели из мяса с соусом.</b>	Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17	<b>71-70</b>
180/20		<b>Каша гречневая рассыпчатая/огурец</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>25-66</b>
200		<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-64, У/в-16	<b>10-03</b>
15		<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-29, Белки-1, У/в-6	<b>1-44</b>
25		<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>

**Итого за Обед5-11(140-37)** Ккал-801, Белки-23, Жиры-35, У/в-103 **140-27**

Комплекс1 (5-11классы)

120	<b>Голень запеченная в пряном соусе</b>	Ккал-241, Белки-15, Жиры-11, У/в-10	<b>67-40</b>
180/30	<b>Пюре картофельное/огурец св.</b>	Ккал-168, Белки-4, Жиры-5, У/в-26	<b>32-39</b>
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>20-39</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 5-11 (125-00)</b>		<b>Ккал-600, Белки-23, Жиры-16, У/в-106</b>	<b>124-98</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексаовна

Согласовано