



# 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	<i>Компот из смородины</i>	Ккал-91, У/в-48	<b>20-39</b>
75	<i>Булочка с корицей</i>	Ккал-218, Белки-6, Жиры-4, У/в-42	<b>14-61</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		<b>Ккал-309, Белки-6, Жиры-4, У/в-90</b>	<b>35-00</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
90	<i>Котлета рубленая из филе куриного с отрубями .</i>	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	<b>63-88</b>
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	<b>11-17</b>
200	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-08</b>
27	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-52, Белки-2, У/в-11	<b>2-85</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		<b>Ккал-627, Белки-27, Жиры-43, У/в-391</b>	<b>80-98</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/20	<i>Уха рыбацкая .</i>	Ккал-148, Белки-3, Жиры-3, У/в-12	<b>20-00</b>
200/20	<i>Бигус/горошек конс.</i>	Ккал-342, Белки-15, Жиры-13, У/в-40	<b>85-35</b>
120	<i>Яблоко</i>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-28</b>
200	<i>Компот из кураги</i>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>15-05</b>
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-64</b>
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		<b>Ккал-621, Белки-20, Жиры-16, У/в-96</b>	<b>140-32</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
100	<i>Индейка по Люблински</i>	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	<b>82-05</b>
180/50	<i>Макаронные изделия отварные /помидор св.</i>	Ккал-255, Белки-7, Жиры-5, У/в-45	<b>22-98</b>
200	<i>Компот из кураги</i>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>15-05</b>
26	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-50, Белки-2, У/в-11	<b>2-75</b>
20	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-42, Белки-2, У/в-9	<b>2-11</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		<b>Ккал-680, Белки-38, Жиры-24, У/в-95</b>	<b>124-94</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано \_\_\_\_\_