



# 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 вишни</b>	Ккал-128, У/в-32	<b>19-69</b>
75	<b>Манник</b>	Ккал-282, Белки-4, Жиры-14, У/в-34	<b>15-25</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		<b>Ккал-410, Белки-4, Жиры-14, У/в-66</b>	<b>34-94</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
120	<b>Чикен болл в сметанном соусе</b>	Ккал-178, Белки-12, Жиры-17, У/в-14	<b>60-43</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-225, Белки-5, Жиры-10, У/в-31	<b>11-17</b>
200/5	<b>Чай с лимоном,,</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>4-45</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-64</b>
22	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-55, Белки-1, У/в-8	<b>2-32</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		<b>Ккал-558, Белки-21, Жиры-28, У/в-74</b>	<b>81-01</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/10	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,</b>	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	<b>29-84</b>
250	<b>Плов Золотинка из индейки с булгуром.</b>	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	<b>100-93</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	<b>6-17</b>
32	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-78, Белки-2, У/в-16	<b>3-38</b>
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		<b>Ккал-697, Белки-22, Жиры-25, У/в-94</b>	<b>140-32</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
250	<b>Плов Золотинка из индейки с булгуром.</b>	Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35	<b>100-93</b>
200	<b>Компот из вишни</b>	Ккал-128, У/в-32	<b>19-69</b>
21	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-51, Белки-2, У/в-11	<b>2-22</b>
20	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-50, Белки-1, У/в-7	<b>2-11</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		<b>Ккал-611, Белки-19, Жиры-19, У/в-84</b>	<b>124-95</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексаевна

Согласовано \_\_\_\_\_