



# Школа Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Компот из облепихи</i>	Ккал-91, У/в-48	15-11
85	<i>Шаньга со сметаной</i>	Ккал-313, Белки-8, Жиры-12, У/в-43	19-71
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-404, Белки-8, Жиры-12, У/в-91	<b>34-82</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
10/20/2 5	<i>Бутерброд Школьный на батоне</i>	Ккал-158, Белки-5, Жиры-8, У/в-7	28-71
200	<i>Каша Дружба молочная с маслом</i>	Ккал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	29-17
115	<i>Яблоко</i>	У/в-12	16-56
200	<i>Чай черный с ягодами(смородина)</i>	Ккал-74, У/в-9	6-50
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		Ккал-362, Белки-9, Жиры-11, У/в-50	<b>80-94</b>
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10/ 10	<i>Суп пюре из овощей с гренками с филе кур</i>	Ккал-118, Белки-4, Жиры-6, У/в-13	30-92
250	<i>Плов Золотинка</i>	Ккал-187, Белки-4, Жиры-4, У/в-17	80-52
115	<i>Яблоко</i>	У/в-12	16-56
200	<i>Напиток с витаминами Витошка</i>	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	9-52
27	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-66, Белки-2, У/в-14	2-85
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		Ккал-435, Белки-12, Жиры-10, У/в-72	<b>140-37</b>
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
180/20	<i>Каша гречневая рассыпчатая/помидор</i>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	28-62
120	<i>Биточек мясной с соусом кр.осн</i>	Ккал-275, Белки-16, Жиры-19, У/в-10	67-27
117	<i>Яблоко</i>	У/в-12	16-85
200	<i>Напиток с витаминами Витошка</i>	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	9-52
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-64
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		Ккал-679, Белки-28, Жиры-30, У/в-92	<b>124-90</b>

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексаевна

Согласовано

