



# Школа Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200/8	Чай с лимоном .	Ккал-39, У/в-10	5-27
70	Пирожок слоеный с творогом		29-30
Итого за Полдник(30)		Ккал-39, У/в-10	34-57
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
35	Батон с маслом сливочным	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	15-69
190	Творожный пудинг	Ккал-165, Белки-12, Жиры-7, У/в-13	58-50
16	Соус клубничный	Ккал-4, У/в-1	3-64
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-08
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-356, Белки-16, Жиры-15, У/в-42	80-91
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10/ 10	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	24-75
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	70-22
180/20	Макаронные изделия отварные /огурец св.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	19-26
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-39
27	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-66, Белки-2, У/в-14	2-85
27	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-68, Белки-2, У/в-10	2-85
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-826, Белки-30, Жиры-26, У/в-141	140-32

Комплекс1 (5-11классы)

100	<b>Филе куриное тушеное в сметанном соусе</b>	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	<b>69-28</b>
180	<b>Макаронные изделия отварные.</b>	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	<b>13-38</b>
115	<b>Яблоко</b>	У/в-12	<b>16-56</b>
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>20-39</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-64</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-64</b>

---

**Итого за 5-11 (125-00)** Ккал-690, Белки-34, Жиры-19, У/в-141 **124-89**

---

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано