



# 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 яблок</b>	Ккал-75, У/в-19	<b>10-39</b>
120	<b>Манник</b>	Ккал-452, Белки-6, Жиры-23, У/в-55	<b>24-51</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-527, Белки-6, Жиры-23, У/в-74	<b>34-90</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
100	<b>Суфле "Рыбка"</b>	Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10	<b>51-50</b>
150	<b>Пюре картофельное.</b>	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	<b>22-81</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-08</b>
34	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-83, Белки-3, У/в-17	<b>3-59</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		Ккал-472, Белки-20, Жиры-16, У/в-62	<b>80-98</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>
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-276, Белки-26, Жиры-17, У/в-19	<b>66-26</b>
180	<b>Макароны запеченные с сыром</b>	Ккал-301, Белки-10, Жиры-11, У/в-38	<b>28-56</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>10-03</b>
28	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-69, Белки-2, У/в-14	<b>2-96</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-64</b>
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		Ккал-966, Белки-42, Жиры-35, У/в-127	<b>140-29</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-276, Белки-26, Жиры-17, У/в-19	<b>66-26</b>
180/32	<b>Пюре картофельное/кукуруза конс.</b>	Ккал-169, Белки-4, Жиры-5, У/в-26	<b>43-34</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>10-03</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-64</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-64</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		Ккал-700, Белки-34, Жиры-22, У/в-98	<b>124-91</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано