

**Школа Родники ()**

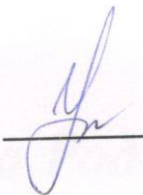
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>20-39</b>
75	<b>Булочка с корицей</b>	Ккал-218, Белки-6, Жиры-4, У/в-42	<b>14-56</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-309, Белки-6, Жиры-4, У/в-90	<b>34-95</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
85	<b>Котлета рубленая из филе куриного с отрубями</b>	Ккал-119, Белки-11, Жиры-5, У/в-6	<b>62-09</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-225, Белки-5, Жиры-10, У/в-31	<b>11-17</b>
200/7	<b>Чай с лимоном</b>	Ккал-60, У/в-15	<b>5-00</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-64</b>
<b>Итого за 1-4 (81-02)-завтрак</b>		Ккал-465, Белки-18, Жиры-16, У/в-64	<b>80-90</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/10	<b>Уха рыбацкая</b>	Ккал-148, Белки-3, Жиры-3, У/в-12	<b>17-97</b>
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-276, Белки-26, Жиры-17, У/в-19	<b>61-29</b>
180/20	<b>Рис припущенный./кукуруза конс.</b>	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	<b>28-19</b>
120	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-28</b>
200	<b>Компот из кураги</b>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>12-65</b>
28	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-69, Белки-2, У/в-14	<b>2-96</b>
<b>Итого за Обед5-11(140-37)</b>		Ккал-806, Белки-36, Жиры-24, У/в-122	<b>140-34</b>
<b><u>Комплекс I (5-11классы)</u></b>			
100	<b>Индейка по Люблински</b>	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	<b>77-80</b>
180/25	<b>Макаронные изделия отварные /огурец св.</b>	Ккал-228, Белки-7, Жиры-5, У/в-40	<b>20-73</b>
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>20-39</b>
30	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-74, Белки-2, У/в-15	<b>3-17</b>
27	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-68, Белки-2, У/в-10	<b>2-85</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		Ккал-709, Белки-38, Жиры-24, У/в-123	<b>124-94</b>

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано

