

**Школа Родники ()**

Выход (кв.)	Документов	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-------------	------------	--------------------	--	-------------------------------

**Полдник**

200 **Компот из яблок** Ккал-75, У/в-19 **10-55**

115 **Манник** Ккал-433, Белки-6, Жиры-22, У/в-53 **24-06**

**Итого за Полдник(30)** Ккал-508, Белки-6, Жиры-22, У/в-71 **34-61**

**Комплекс1 (5-11классы)**

250/20 **Плов Золотинка из индейки с  
булгуром/помидоры св** Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35 **110-56**

200 **Компот из ягодной смеси** Ккал-91, У/в-48 **10-75**

34 **Хлеб Крестьянский  
витаминизированный** Ккал-83, Белки-3, У/в-17 **3-64**

**Итого за 5-11 (125-00)** Ккал-555, Белки-19, Жиры-19, У/в-100 **124-95**

**Комплекс (1-4 классы)**

200 **Чай с сахаром** Ккал-58, У/в-15 **3-13**

20 **Батон Золотинка** Ккал-47, Белки-1, У/в-10 **2-99**

250 **Макаронник** Ккал-433, Белки-11, Жиры-18, У/в-56 **79-08**

**Итого за 1-4 (85-20)-завтрак** Ккал-527, Белки-12, Жиры-18, У/в-81 **85-20**

**Обед 5-11классы**

20 **Квашеная капуста по  
домашнему** Ккал-16, Жиры-1, У/в-2 **4-03**

250/10 **Рассольник Ленинградский со  
сметаной с мясом,** Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16 **30-29**

250 **Плов Золотинка из индейки с  
булгуром.** Ккал-381, Белки-16, Жиры-19, У/в-35 **103-72**

200 **Компот из сухофруктов** Ккал-110, Белки-1, У/в-27 **6-26**

32 **Хлеб Крестьянский  
витаминизированный** Ккал-78, Белки-2, У/в-16 **3-43**

**Итого за Обед5-11(147-79)** Ккал-713, Белки-22, Жиры-26, У/в-96 **147-73**

Директор

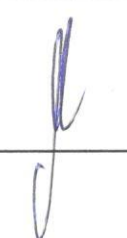


Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано