

**Школа Родники ()**

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

Полдник

200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	<b>20-70</b>
70	<b>Булочка с корицей</b>	Ккал-204, Белки-6, Жиры-4, У/в-40	<b>13-79</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		<b>Ккал-295, Белки-6, Жиры-4, У/в-88</b>	<b>34-49</b>

Комплекс1 (5-11классы)

100	<b>Индейка по Люблински</b>	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	<b>86-56</b>
180/20	<b>Макаронные изделия отварные /огурец св.</b>	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	<b>22-89</b>
200	<b>Компот из кураги</b>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>12-84</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-68</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		<b>Ккал-615, Белки-36, Жиры-23, У/в-82</b>	<b>124-97</b>

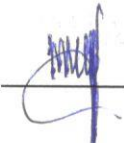
Комплекс (1-4 классы)

90	<b>Котлета рубленая из филе куриного с отрубями .</b>	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	<b>66-57</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-225, Белки-5, Жиры-10, У/в-31	<b>11-91</b>
200/4	<b>Чай с лимоном,</b>	Ккал-38, У/в-10	<b>4-24</b>
23	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-56, Белки-2, У/в-12	<b>2-47</b>
<b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b>		<b>Ккал-652, Белки-27, Жиры-50, У/в-384</b>	<b>85-19</b>

Обед 5-11классы

250/20	<b>Уха рыбацкая .</b>	Ккал-74, Белки-4, Жиры-1, У/в-5	<b>24-91</b>
120	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-331, Белки-31, Жиры-20, У/в-22	<b>81-57</b>
180/15	<b>Рис припущенный./огурец св.</b>	Ккал-225, Белки-4, Жиры-4, У/в-43	<b>25-65</b>
200	<b>Компот из кураги</b>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>12-84</b>
26	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-64, Белки-2, У/в-13	<b>2-79</b>
<b>Итого за Обед5-11(147-79)</b>		<b>Ккал-777, Белки-41, Жиры-26, У/в-104</b>	<b>147-76</b>

Директор


Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер


Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано \_\_\_\_\_