



# Школа Родники ()

| Выход (г)                           | Наименование блюда                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>Полдник</u>                      |   |  |                               |
| 200                                 | <b>Чай с сахаром</b>                            | Ккал-58, У/в-15  | 3-13                          |
| 85                                  | <b>Крендель с сахаром</b>                       |  | 31-08                         |
| <b>Итого за Полдник(30)</b>         |   | Ккал-58, У/в-15  | 34-21                         |
| <u>Комплекc 1 (5-11 классы)</u>     |   |  |                               |
| 117                                 | <b>Яблоко</b>                                   | У/в-10   | 17-10                         |
| 100                                 | <b>Гуляш из свинины с<br/>отрубями</b>          | Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13  | 65-27                         |
| 180/15                              | <b>Каша гречневая<br/>рассыпчатая/огурец</b>    | Ккал-272, Белки-8, Жиры-11, У/в-40   | 29-70                         |
| 200                                 | <b>Напиток с витаминами<br/>Витошка</b>         | Ккал-64, Белки-1, У/в-16   | 10-23                         |
| 25                                  | <b>Хлеб Крестьянский<br/>витаминизированный</b> | Ккал-61, Белки-2, У/в-13   | 2-68                          |
| <b>Итого за 5-11 (125-00)</b>       |   | Ккал-558, Белки-24, Жиры-21, У/в-93  | 124-98                        |
| <u>Комплекc 1 (1-4 классы)</u>      |   |  |                               |
| 25/10/1<br>5                        | <b>Батон с маслом сливочным и<br/>сыром,,</b>   | Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14  | 33-37                         |
| 200                                 | <b>Каша пшеничная молочная с<br/>маслом</b>     | Ккал-215, Белки-7, Жиры-7, У/в-33  | 28-27                         |
| 119                                 | <b>Яблоко</b>                                   | У/в-12   | 17-40                         |
| 200                                 | <b>Чай с сахаром</b>                            | Ккал-58, У/в-15  | 3-13                          |
| 20                                  | <b>Батон Золотинка</b>                          | Ккал-47, Белки-1, У/в-10   | 2-99                          |
| <b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b> |   | Ккал-455, Белки-15, Жиры-16, У/в-84  | 85-16                         |

Обед 5-11классы

|        |  |                                     |              |
|--------|--|-------------------------------------|--------------|
| 250/10 | <b>Суп крестьянский с крупой с мясом.</b>        | Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21   | <b>26-00</b> |
| 100    | <b>Гуляш из свинины с отрубями</b>               | Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13 | <b>65-27</b> |
| 180/35 | <b>Каша гречневая рассыпчатая/кукуруза конс.</b> | Ккал-300, Белки-9, Жиры-12, У/в-44  | <b>41-00</b> |
| 200    | <b>Напиток с витаминами Витошка</b>              | Ккал-64, Белки-1, У/в-16            | <b>10-23</b> |
| 25     | <b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>      | Ккал-61, Белки-2, У/в-13            | <b>2-68</b>  |
| 24     | <b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>          | Ккал-60, Белки-1, У/в-9             | <b>2-57</b>  |

---

**Итого за Обед5-11(147-79)** Ккал-764, Белки-29, Жиры-28, У/в-116 **147-75**

---

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано \_\_\_\_\_