



# Школа Родники ()

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

## Полдник

200/7	Чай с лимоном	Ккал-60, У/в-15	5-08
70	Пирожок слоеный с творогом		29-74
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-60, У/в-15	<b>34-82</b>

## Комплекс1 (5-11классы)

100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	70-32
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	14-27
116	Яблоко	У/в-12	16-95
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-70
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-68

**Итого за 5-11 (125-00)** Ккал-627, Белки-32, Жиры-18, У/в-132 **124-92**

## Комплекс (1-4 классы)

220	Творожный пудинг	Ккал-191, Белки-14, Жиры-8, У/в-15	68-77
25	Соус клубничный	Ккал-6, У/в-2	5-77
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-13
50	Батон Золотинка	Ккал-117, Белки-3, У/в-25	7-48

**Итого за 1-4 (85-20)-завтрак** Ккал-372, Белки-18, Жиры-9, У/в-56 **85-15**

## Обед 5-11классы

250/10/ 10	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	25-12
140	Котлета по Домашнему с соусом	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	71-27
180/30	Макаронные изделия отварные /горошек конс.	Ккал-233, Белки-7, Жиры-5, У/в-41	25-84
200	Компот из смородины	Ккал-91, У/в-48	20-70
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-68
20	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-50, Белки-1, У/в-7	2-14

**Итого за Обед5-11(147-79)** Ккал-815, Белки-30, Жиры-26, У/в-139 **147-75**

Итого за Ккал-1 873, Белки-80, Жиры-53, У/в/З43

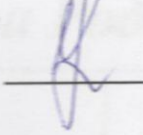
392-64

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой



Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано \_\_\_\_\_