



## Школа Родники ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-13</b>
85	<b>Крендель с сахаром</b>		<b>31-08</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-58, У/в-15	<b>34-21</b>
<u>Комплекс I (5-11 классы)</u>			
117	<b>Яблоко</b>	У/в-10	<b>17-10</b>
100	<b>Гуляш из свинины с отрубями</b>	Ккал-161, Белки-12, Жиры-10, У/в-13	<b>65-27</b>
180/15	<b>Каша гречневая рассыпчатая/огурец</b>	Ккал-272, Белки-8, Жиры-11, У/в-40	<b>29-70</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>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		Ккал-558, Белки-24, Жиры-21, У/в-93	<b>124-98</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
25/10/1 5	<b>Батон с маслом сливочным и сыром,,</b>	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	<b>33-30</b>
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b>	Ккал-215, Белки-7, Жиры-7, У/в-33	<b>28-27</b>
121	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	<b>17-68</b>
200/10	<b>Чай с лимоном..</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>5-91</b>
<b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b>		Ккал-389, Белки-13, Жиры-16, У/в-69	<b>85-16</b>

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 \_\_\_\_\_