

**Школы 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>
75	<b>Крендель с сахаром</b>		<b>31-37</b>
<b>Итого за Полдник(35-00)</b>		Ккал-58, У/в-15	<b>34-50</b>
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
120	<b>Яблоко</b>	У/в-11	<b>20-46</b>
120	<b>Гуляш из свинины с отрубями</b>	Ккал-193, Белки-15, Жиры-11, У/в-16	<b>60-98</b>
245	<b>Каша гречневая рассыпчатая/огурец 180/65</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>35-54</b>
200	<b>Напиток с витаминами Витошка</b>	Ккал-64, Белки-1, У/в-16	<b>10-23</b>
45	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-110, Белки-3, Жиры-1, У/в-23	<b>4-82</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-68</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00)</b>		Ккал-710, Белки-29, Жиры-24, У/в-116	<b>134-71</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
38	<b>Батон с маслом сливочным и сыром 20/8/10</b>	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	<b>29-63</b>
200	<b>Каша Дружба молочная с маслом</b>	Ккал-130, Белки-4, Жиры-3, У/в-22	<b>35-18</b>
100	<b>Яблоко</b>	У/в-10	<b>17-05</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-13</b>
<b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b>		Ккал-323, Белки-10, Жиры-12, У/в-61	<b>84-99</b>



Обед 5-11классы

260	<b>Суп из разных овощей со сметаной с мясом 250/10</b>	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	<b>28-17</b>
120	<b>Гуляш из свинины с отрубями</b>	Ккал-193, Белки-15, Жиры-11, У/в-16	<b>60-98</b>
275	<b>Каша гречневая рассыпчатая/огурец 180/95</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>43-02</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>10-18</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-68</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обогащенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-68</b>


---

**Итого за Обед5-11(147-79)** Ккал-842, Белки-29, Жиры-30, У/в-121 **147-71**

---

**Итого за** Ккал-2 229, Белки-77, Жиры-79, У/в-324 **401-53**

Директор

  
Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано \_\_\_\_\_