

**Школы Родники ()**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Компот из яблок</b>	Ккал-75, У/в-19	<b>11-52</b>
100	<b>Манник</b>	Ккал-376, Белки-5, Жиры-19, У/в-46	<b>23-27</b>
<b>Итого за Полдник(35-00)</b>		Ккал-451, Белки-5, Жиры-19, У/в-65	<b>34-79</b>
<b><u>Комплекс 1 (5-11 классы)</u></b>			
230	<b>Плов Золотинка из индейки с булгуром.</b>	Ккал-351, Белки-15, Жиры-17, У/в-32	<b>98-04</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>3-13</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-92</b>
38	<b>Слойка с малиной</b>	Ккал-111, Белки-2, У/в-13	<b>30-69</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00) -135</b>		Ккал-581, Белки-19, Жиры-18, У/в-72	<b>134-78</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
110	<b>Чикен болл в сметанном соусе</b>	Ккал-196, Белки-14, Жиры-19, У/в-15	<b>58-66</b>
180	<b>Фузилли (спиральки)</b>	Ккал-270, Белки-6, Жиры-12, У/в-37	<b>16-10</b>
205	<b>Чай с лимоном 200/5</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>4-52</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-92</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обогащенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-92</b>
<b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b>		Ккал-629, Белки-23, Жиры-32, У/в-83	<b>85-12</b>
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
100	<b>Помидор с зеленью и маслом</b>	Ккал-67, Белки-1, Жиры-6, У/в-2	<b>21-72</b>
250	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной</b>	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	<b>18-85</b>
230	<b>Плов Золотинка из индейки с булгуром.</b>	Ккал-351, Белки-15, Жиры-17, У/в-32	<b>98-04</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	<b>6-26</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-92</b>
<b>Итого за Обед5-11(147-79)</b>		Ккал-706, Белки-21, Жиры-30, У/в-95	<b>147-79</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 367, Белки-68, Жиры-98, У/в-315	<b>402-48</b>



Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано

