

**Школы Родники ()**

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

Полдник

200 **Компот из яблок** Ккал-75, У/в-19 **11-65**

100 **Манник** Ккал-376, Белки-5, Жиры-19, У/в-46 **23-21**

**Итого за Полдник(35-00)** Ккал-451, Белки-5, Жиры-19, У/в-65 **34-86**

Комплекс1 (5-11классы)

100 **Поджарка из индейки** Ккал-276, Белки-26, Жиры-17, У/в-19 **69-47**

180 **Пюре картофельное.** Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25 **32-23**

200 **Компот из вишни** Ккал-128, У/в-32 **26-81**

50 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25 **5-85**

**Итого за 5-11 (125-00) -135** Ккал-686, Белки-34, Жиры-22, У/в-100 **134-36**

Комплекс (1-4 классы)

100 **Суфле "Рыбка"** Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10 **55-13**

150 **Пюре картофельное.** Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21 **21-09**

200 **Чай с сахаром** Ккал-58, У/в-15 **3-13**

50 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25 **5-85**

**Итого за 1-4 (85-20)-завтрак** Ккал-512, Белки-21, Жиры-16, У/в-70 **85-20**

Обед 5-11классы

260 **Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,250/10** Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16 **29-81**

120 **Поджарка из индейки** Ккал-331, Белки-31, Жиры-20, У/в-22 **82-97**

200 **Фузилли. (спиральки)** Ккал-247, Белки-7, Жиры-5, У/в-43 **17-80**

200 **Напиток из шиповника** Ккал-131, Белки-1, У/в-32 **10-18**

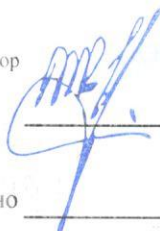
30 **Хлеб Крестьянский витаминизированный** Ккал-74, Белки-2, У/в-15 **3-51**

30 **Хлеб Чусовской обоготенный йодом** Ккал-76, Белки-2, У/в-11 **3-51**

**Итого за Обед5-11(147-79)** Ккал-984, Белки-45, Жиры-32, У/в-139 **147-78**

**Итого за** Ккал-2 633, Белки-105, Жиры-89, У/в-373 **402-20**

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

---

Заведующая  
производством  
столовой



Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано

---