

**Школы Родники ()**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Компот из яблок</i>	Ккал-75, У/в-19	<i>11-52</i>
100	<i>Манник</i>	Ккал-376, Белки-5, Жиры-19, У/в-46	<i>23-27</i>
<b>Итого за Полдник(35-00)</b>		Ккал-451, Белки-5, Жиры-19, У/в-65	<b>34-79</b>
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
230	<i>Плов Золотинка из индейки с булгуром.</i>	Ккал-351, Белки-15, Жиры-17, У/в-32	<i>97-04</i>
200	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-58, У/в-15	<i>3-13</i>
35	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-86, Белки-3, У/в-18	<i>4-09</i>
38	<i>Слойка с малиной</i>	Ккал-111, Белки-2, У/в-13	<i>30-69</i>
<b>Итого за 5-11 (125-00) -135</b>		Ккал-605, Белки-19, Жиры-18, У/в-77	<b>134-95</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
110	<i>Чикен болл в сметанном соусе</i>	Ккал-196, Белки-14, Жиры-19, У/в-15	<i>58-66</i>
180	<i>Фузилли (спиральки)</i>	Ккал-270, Белки-6, Жиры-12, У/в-37	<i>16-10</i>
205	<i>Чай с лимоном 200/5</i>	Ккал-39, У/в-10	<i>4-52</i>
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<i>2-92</i>
25	<i>Хлеб Чусовской обогащенный йодом</i>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<i>2-92</i>
<b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b>		Ккал-629, Белки-23, Жиры-32, У/в-83	<b>85-12</b>
<u>Обед 5-11классы</u>			
60	<i>Помидор с зеленью и маслом</i>	Ккал-40, Жиры-4, У/в-1	<i>20-20</i>
250	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной</i>	Ккал-117, Белки-3, Жиры-6, У/в-21	<i>19-96</i>
230	<i>Плов Золотинка из индейки с булгуром.</i>	Ккал-351, Белки-15, Жиры-17, У/в-32	<i>97-04</i>
200	<i>Компот из сухофруктов</i>	Ккал-110, Белки-1, У/в-27	<i>6-26</i>
35	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-86, Белки-3, У/в-18	<i>4-09</i>
<b>Итого за Обед5-11(147-79)</b>		Ккал-704, Белки-22, Жиры-27, У/в-99	<b>147-55</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 389, Белки-70, Жиры-96, У/в-324	<b>402-41</b>



Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано



Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано

