

**Школы Родники ()**

Выход	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>
95	<b>Пирожок слоеный с яблоком</b>	Ккал-105, Белки-2, У/в-12	<b>31-77</b>
<b>Итого за Полдник(35-00)</b>		Ккал-163, Белки-2, У/в-27	<b>34-90</b>
<u>Комплекc 1 (5-11 классы)</u>			
140	<b>Шницель мясной с соусом.</b>	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	<b>61-12</b>
240	<b>Каша гречневая рассыпчатая/огурец 180/60</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>43-89</b>
200	<b>Компот из вишни</b>	Ккал-128, У/в-32	<b>26-81</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-92</b>
<b>Итого за 5-11 (125-00) -135</b>		Ккал-729, Белки-26, Жиры-26, У/в-101	<b>134-74</b>
<u>Комплекc (1-4 классы)</u>			
150	<b>Картофель в молоке</b>	Ккал-125, Белки-3, Жиры-4, У/в-19	<b>24-24</b>
130	<b>Биточек мясной с соусом кр.осн</b>	Ккал-275, Белки-16, Жиры-19, У/в-10	<b>48-85</b>
200	<b>Чай черный с ягодами(облепиха)</b>	Ккал-74, У/в-9	<b>6-26</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>2-92</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>2-92</b>
<b>Итого за 1-4 (85-20)-завтрак</b>		Ккал-597, Белки-23, Жиры-23, У/в-59	<b>85-19</b>



Обед 5-Классы

85	Салат из капусты с луком	Ккал-97, Белки-1, Жиры-8, У/в-6	8-66
260	Суп из разных овощей со сметаной с мясом 250/10	Ккал-114, Белки-2, Жиры-7, У/в-11	30-45
130	Гуляш из свинины с отрубями	Ккал-209, Белки-16, Жиры-12, У/в-17	74-40
190	Каша гречневая рассыпчатая.	Ккал-295, Белки-9, Жиры-11, У/в-44	18-18
200	Напиток из шиповника	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	10-18
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	2-92
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	2-92
<b>Итого за Обед5-11(147-79)</b>		Ккал-970, Белки-32, Жиры-39, У/в-131	<b>147-71</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 460, Белки-83, Жиры-88, У/в-318	<b>402-54</b>

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

\_\_\_\_\_

Заведующая  
производством  
столовой



Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано \_\_\_\_\_