



# Школа 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>11-82</b>
120	<b>Манник</b>	Ккал-452, Белки-6, Жиры-23, У/в-55	<b>32-87</b>
<b>Итого за Полдник(50-00)</b>		Ккал-527, Белки-6, Жиры-23, У/в-74	<b>44-69</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
140	<b>Котлета по Домашнему с соусом</b>	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	<b>64-33</b>
160	<b>Пюре картофельное /горошек 150/10</b>	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	<b>36-50</b>
205	<b>Чай с лимоном 200/5</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>4-58</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>3-11</b>
<b>Итого за 1-4 (108,64)-завтрак</b>		Ккал-445, Белки-18, Жиры-19, У/в-52	<b>108-52</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
260	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,250/10</b>	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	<b>40-99</b>
125	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-344, Белки-32, Жиры-21, У/в-23	<b>87-37</b>
180	<b>Фузилли. (спиральки)</b>	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	<b>17-60</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>10-33</b>
27	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-66, Белки-2, У/в-14	<b>3-37</b>
<b>Итого за Обед5-11(160-00)</b>		Ккал-891, Белки-44, Жиры-32, У/в-123	<b>159-66</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-276, Белки-26, Жиры-17, У/в-19	<b>69-89</b>
220	<b>Пюре картофельное/помидор св. 180/40</b>	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	<b>58-42</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>10-33</b>
50	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-123, Белки-4, Жиры-1, У/в-25	<b>6-23</b>
<b>Итого за 5-11 (145,00)</b>		Ккал-689, Белки-34, Жиры-22, У/в-100	<b>144-87</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 551, Белки-103, Жиры-96, У/в-348	<b>457-74</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовойНовоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано