

**Школы родники**

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

**Полдник**

|                                |                                   |                 |       |
|--------------------------------|-----------------------------------|-----------------|-------|
| 200                            | <b>Чай с сахаром</b>              | Ккал-58, У/в-15 | 3-17  |
| 65                             | <b>Пирожок слоеный с творогом</b> |                 | 34-33 |
| <b>Итого за Полдник(50-00)</b> |                                   | Ккал-58, У/в-15 | 37-50 |

**Комплекс (1-4 классы)**

|                                      |                                  |                                     |        |
|--------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|--------|
| 25/10                                | <b>Батон с маслом сливочным.</b> | Ккал-151, Белки-5, Жиры-9, У/в-16   | 18-19  |
| 190                                  | <b>Творожный пудинг</b>          | Ккал-165, Белки-12, Жиры-7, У/в-13  | 81-69  |
| 20                                   | <b>Соус клубничный</b>           | Ккал-5, У/в-1                       | 5-52   |
| 200                                  | <b>Чай с сахаром</b>             | Ккал-58, У/в-15                     | 3-17   |
| <b>Итого за 1-4 (108,64)-завтрак</b> |                                  | Ккал-378, Белки-17, Жиры-16, У/в-45 | 108-57 |

**Обед 5-11классы**

|                                  |                                                |                                      |        |
|----------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------|--------|
| 49                               | <b>Закуска "Огурец Молодец"</b>                | Ккал-25, Жиры-2, У/в-1               | 21-71  |
| 210                              | <b>Суп картофельный с бобовыми и гренками.</b> | Ккал-67, Белки-3, Жиры-2, У/в-9      | 13-82  |
| 100                              | <b>Филе куриное тушеное в сметанном соусе</b>  | Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21  | 72-75  |
| 180                              | <b>Рис припущенный.</b>                        | Ккал-265, Белки-4, Жиры-7, У/в-45    | 28-75  |
| 200                              | <b>Компот из клубники</b>                      | Ккал-128, У/в-32                     | 18-80  |
| 30                               | <b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>    | Ккал-74, Белки-2, У/в-15             | 3-94   |
| <b>Итого за Обед5-11(160-00)</b> |                                                | Ккал-810, Белки-33, Жиры-25, У/в-122 | 159-77 |

**Комплекс1 (5-11классы)**

|     |                                               |                                     |       |
|-----|-----------------------------------------------|-------------------------------------|-------|
| 46  | <b>Закуска "Огурец Молодец"</b>               | Ккал-23, Жиры-2, У/в-1              | 20-38 |
| 100 | <b>Филе куриное тушеное в сметанном соусе</b> | Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21 | 72-75 |
| 180 | <b>Рис припущенный.</b>                       | Ккал-265, Белки-4, Жиры-7, У/в-45   | 28-75 |
| 200 | <b>Компот из клубники</b>                     | Ккал-128, У/в-32                    | 18-80 |
| 30  | <b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>   | Ккал-74, Белки-2, У/в-15            | 3-94  |

**Итого за 5-11 (145,00)** Ккал-742, Белки-31, Жиры-23, У/в-113 **144-62**

**Итого за** Ккал-1 988, Белки-81, Жиры-63, У/в-295 **450-46**

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна