

**Школы Родники ()**

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

**Полдник**

|                                |                           |                  |       |
|--------------------------------|---------------------------|------------------|-------|
| 200                            | <b>Компот из клубники</b> | Ккал-128, У/в-32 | 18-80 |
| 80                             | <b>Коржик молочный</b>    |                  | 29-48 |
| <b>Итого за Полдник(50-00)</b> |                           | Ккал-128, У/в-32 | 48-28 |

**Комплекс (1-4 классы)**

|                                      |                                        |                           |        |
|--------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------|--------|
| 250                                  | <b>Омлет с картофелем.(запеченный)</b> |                           | 93-79  |
| 200                                  | <b>Чай черный с ягодами(облепиха)</b>  | Ккал-74, У/в-9            | 6-36   |
| 47                                   | <b>Батон Золотинка</b>                 | Ккал-110, Белки-3, У/в-23 | 8-49   |
| <b>Итого за 1-4 (108,64)-завтрак</b> |                                        | Ккал-183, Белки-4, У/в-32 | 108-64 |

**Обед 5-11классы**

|                                  |                                                               |                                     |        |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------|
| 14                               | <b>Закуска "Сеньор помидор"</b>                               | Ккал-6, Жиры-1                      | 4-83   |
| 260                              | <b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом.</b> |                                     | 31-68  |
| 140                              | <b>Зразы Школьные с соусом.</b>                               | Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7  | 75-30  |
| 180                              | <b>Каша гречневая вязкая.</b>                                 | Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27   | 14-63  |
| 115                              | <b>Яблоко</b>                                                 | У/в-12                              | 19-90  |
| 200                              | <b>Напиток с витаминами Витошка</b>                           | Ккал-64, Белки-1, У/в-16            | 10-38  |
| 25                               | <b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>                   | Ккал-61, Белки-2, У/в-13            | 3-28   |
| <b>Итого за Обед5-11(160-00)</b> |                                                               | Ккал-546, Белки-23, Жиры-23, У/в-75 | 160-00 |

Комплекс1 (5-11классы)

|                               |                                   |                                        |               |
|-------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------|---------------|
| 52                            | <b>Закуска "Сеньор помидор"</b>   | Ккал-21, Жиры-2, У/в-1                 | <b>17-56</b>  |
| 140                           | <b>Зразы Школьные с соусом.</b>   | Ккал-235, Белки-13, Жиры-17, У/в-7     | <b>75-30</b>  |
| 180                           | <b>Каша гречневая вязкая.</b>     | Ккал-180, Белки-6, Жиры-5, У/в-27      | <b>14-63</b>  |
| 125                           | <b>Яблоко</b>                     | Белки-1, Жиры-1, У/в-13                | <b>21-63</b>  |
| 200                           | <b>Напиток с витаминами</b>       | Ккал-64, Белки-1, У/в-16               | <b>10-38</b>  |
|                               | <b>Витошка</b>                    |                                        |               |
| 21                            | <b>Хлеб Крестьянский</b>          | Ккал-51, Белки-2, У/в-11               | <b>2-75</b>   |
|                               | <b>витаминизированный</b>         |                                        |               |
| 21                            | <b>Хлеб Чусовской обоготенный</b> | Ккал-53, Белки-1, У/в-8                | <b>2-75</b>   |
|                               | <b>йодом</b>                      |                                        |               |
| <b>Итого за 5-11 (145,00)</b> |                                   | Ккал-604, Белки-24, Жиры-25, У/в-82    | <b>145-00</b> |
| <b>Итого за</b>               |                                   | Ккал-1 461, Белки-50, Жиры-49, У/в-221 | <b>461-92</b> |

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано