

**Школы 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 сухофруктов</b>	Ккал-92, У/в-22	<b>6-36</b>
100	<b>Шаньга со сметаной</b>	Ккал-368, Белки-9, Жиры-14, У/в-51	<b>37-56</b>
<b>Итого за Полдник(50-00)</b>		Ккал-460, Белки-10, Жиры-14, У/в-73	<b>43-92</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
25/10/1 0	<b>Батон с маслом сливочным и сыром</b>	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	<b>40-42</b>
250/10	<b>Каша Дружба молочная с маслом с</b>	Ккал-326, Белки-9, Жиры-9, У/в-52	<b>38-54</b>
140	<b>Яблоко</b>	Ккал-66, Белки-1, Жиры-1, У/в-15	<b>24-23</b>
200	<b>Чай с молоком</b>	Ккал-109, Белки-3, Жиры-3, У/в-18	<b>11-85</b>
60	<b>Блинчики с начинкой</b>	Ккал-155, Белки-3, Жиры-4, У/в-55	<b>34-11</b>
<b>Итого за 1-4 (149,52)-завтрак</b>		Ккал-791, Белки-21, Жиры-25, У/в-153	<b>149-15</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
42	<b>Закуска "Сеньор помидор"</b>	Ккал-21, Жиры-2, У/в-1	<b>19-78</b>
210	<b>Суп пюре из овощей с гренками</b>	Ккал-136, Белки-4, Жиры-5, У/в-16	<b>23-63</b>
250	<b>Плов Золотинка из говядины</b>	Ккал-397, Белки-17, Жиры-19, У/в-33	<b>150-29</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Ккал-92, У/в-22	<b>6-36</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>3-44</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>3-44</b>
<b>Итого за Обед5-11(206.94)</b>		Ккал-770, Белки-25, Жиры-27, У/в-94	<b>206-94</b>



Комплекс1 (5-11классы)

38	<b>Закуска "Огурец Молодец"</b>	Ккал-23, Жиры-2, У/в-1	<b>24-81</b>
100	<b>Голень запеченная в пряном соусе</b>	Ккал-200, Белки-12, Жиры-9, У/в-8	<b>63-02</b>
180	<b>Макаронные изделия отварные с сыром</b>	Ккал-245, Белки-7, Жиры-6, У/в-38	<b>60-40</b>
200	<b>Компот "Вишенка"</b>	Ккал-98, У/в-24	<b>21-83</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>3-44</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	<b>3-44</b>

---

**Итого за 5-11 (176,94) родит** Ккал-690, Белки-24, Жиры-18, У/в-92 **176-94**

---

**Итого за** Ккал-2 712, Белки-80, Жиры-83, У/в-412 **576-95**

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано