



## Школы Родники ()

Для документов Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Компот из кураги</i>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<i>13-03</i>
65	<i>Пирожок слоеный с творогом</i>		<i>35-56</i>
<b>Итого за Полдник(50-00)</b>		Ккал-83, Белки-1, У/в-20	<b>48-59</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
25/10/1 0	<i>Батон с маслом сливочным и сыром</i>	Ккал-135, Белки-6, Жиры-9, У/в-14	<i>40-40</i>
220/20	<i>Творожный пудинг с соусом клубничным</i>	Ккал-472, Белки-35, Жиры-20, У/в-37	<i>104-56</i>
203	<i>Чай с лимоном. 200/3</i>	Ккал-38, У/в-10	<i>4-56</i>
<b>Итого за 1-4 (149,52)-завтрак</b>		Ккал-645, Белки-41, Жиры-29, У/в-60	<b>149-52</b>

Обед 5-11классы

49	<i>Икра из кабачков</i>	Ккал-23, Жиры-2, У/в-1	9-32
250/15	<i>Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.</i>	Ккал-164, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	30-88
100	<i>Котлеты Домашние</i>	Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9	104-00
180	<i>Пюре картофельное.</i>	Ккал-160, Белки-4, Жиры-6, У/в-25	42-47
200	<i>Компот из ягодной смеси</i>	Ккал-91, У/в-48	13-39
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
25	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	3-44
<b>Итого за Обед5-11(206.94)</b>		Ккал-774, Белки-27, Жиры-29, У/в-126	<b>206-94</b>

Комплекc1 (5-11классы)

38	<i>Закуска "Сеньор помидор"</i>	Ккал-19, Жиры-2, У/в-1	17-91
120	<i>Филе куриное тушеное в сметанном соусе</i>	Ккал-303, Белки-28, Жиры-16, У/в-25	91-40
180	<i>Рис припущенный Овощной букет.</i>	Ккал-238, Белки-6, Жиры-9, У/в-34	39-99
200	<i>Компот из облепихи</i>	Ккал-91, У/в-48	20-76
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	3-44
25	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-63, Белки-2, У/в-9	3-44
<b>Итого за 5-11 (176,94) родит</b>		Ккал-775, Белки-38, Жиры-27, У/в-129	<b>176-94</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 277, Белки-107, Жиры-85, У/в-335	<b>581-99</b>