

**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>Булочка с корицей</b>	Ккал-291, Белки-8, Жиры-5, У/в-57	<b>38-18</b>
<b>Итого за Полдник(50-00)</b>		Ккал-383, Белки-8, Жиры-5, У/в-79	<b>44-54</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>
220	<b>Каша ячневая молочная с маслом</b>	Ккал-227, Белки-7, Жиры-6, У/в-34	<b>31-39</b>
132	<b>Мандарин</b>	Ккал-44, Белки-1, Жиры-1, У/в-17	<b>37-64</b>
203	<b>Чай с лимоном. 200/3</b>	Ккал-38, У/в-10	<b>4-72</b>
60	<b>Блинчики с начинкой</b>	Ккал-155, Белки-3, Жиры-4, У/в-55	<b>35-35</b>
<b>Итого за 1-4 (149,52)-завтрак</b>		Ккал-598, Белки-16, Жиры-20, У/в-128	<b>149-52</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
250/5	<b>Суп лапша домашняя с филе кур.. 250/10</b>	Ккал-178, Белки-7, Жиры-14, У/в-34	<b>23-63</b>
230	<b>Жаркое по домашнему из говядины</b>	Ккал-311, Белки-14, Жиры-23, У/в-11	<b>146-24</b>
200	<b>Компот "Вишенка"</b>	Ккал-98, У/в-24	<b>33-63</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>3-44</b>
<b>Итого за Обед5-11(206.94)</b>		Ккал-648, Белки-23, Жиры-38, У/в-82	<b>206-94</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
100	<b>Филе запеченное со сметаной с сыром 75/15/10</b>	Ккал-202, Белки-24, Жиры-12, У/в-1	<b>126-12</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая.</b>	Ккал-279, Белки-8, Жиры-11, У/в-41	<b>20-81</b>
110	<b>Яблоко</b>	Ккал-52, У/в-10	<b>21-75</b>
203	<b>Чай с лимоном. 200/3</b>	Ккал-38, У/в-10	<b>4-72</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-61, Белки-2, У/в-13	<b>3-44</b>
<b>Итого за 5-11 (176,94) родит</b>		Ккал-632, Белки-34, Жиры-23, У/в-74	<b>176-84</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 260, Белки-82, Жиры-86, У/в-362	<b>577-84</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано