

**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>			
210	<b>Чай с лимоном 200/10</b>	Ккал-39, У/в-10	<b>7-68</b>
100	<b>Пирожок слоеный с яблоком</b>	Ккал-111, Белки-2, У/в-13	<b>39-88</b>
<b>Итого за Полдник(50-00)</b>		Ккал-150, Белки-2, У/в-22	<b>47-56</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
90	<b>Шницель н/р из свинины</b>	Ккал-235, Белки-14, Жиры-13, У/в-14	<b>93-25</b>
160	<b>Пюре картофельное</b>	Ккал-154, Белки-4, Жиры-6, У/в-18	<b>37-74</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>11-65</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 1-4 (149,52)-завтрак</b>		Ккал-644, Белки-23, Жиры-20, У/в-86	<b>149-52</b>
<b><u>Обед 5-11классы</u></b>			
200/5	<b>Суп из разных овощей со сметаной</b>	Ккал-93, Белки-2, Жиры-6, У/в-9	<b>18-72</b>
100	<b>Гуляш из говядины</b>	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	<b>132-79</b>
160	<b>Каша гречневая с овощами</b>	Ккал-248, Белки-7, Жиры-10, У/в-37	<b>28-52</b>
200	<b>Компот "Вишенка"</b>	Ккал-98, У/в-24	<b>23-47</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-633, Белки-25, Жиры-22, У/в-86	<b>206-94</b>
<b><u>Комплекс1 (5-11классы)</u></b>			
9	<b>Закуска "Огурец Молодец"</b>	Ккал-5	<b>5-17</b>
100	<b>Шницель рубленый из индейки.</b>	Ккал-293, Белки-18, Жиры-22, У/в-5	<b>110-77</b>
180	<b>Пюре картофельное.</b>	Ккал-160, Белки-4, Жиры-6, У/в-25	<b>42-47</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-131, Белки-1, У/в-32	<b>11-65</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 5-11 (176,94) родит</b>		Ккал-713, Белки-27, Жиры-29, У/в-83	<b>176-94</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 140, Белки-77, Жиры-71, У/в-276	<b>580-96</b>

Директор

  
Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

\_\_\_\_\_

Заведующая  
производством  
столовой

  
Новоселова  
Юлия Андреевна

Согласовано

\_\_\_\_\_