

**Школа Родники ()**

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

**Комплекс (1-4 классы)**

|       |                                                 |                                     |              |
|-------|-------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------|
| 150   | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b>          | Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32   | <b>8-47</b>  |
| 90    | <b>Котлеты Домашние,</b>                        | Ккал-190, Белки-12, Жиры-12, У/в-98 | <b>56-90</b> |
| 200/3 | <b>Чай с лимоном.</b>                           |                                     | <b>3-30</b>  |
| 25    | <b>Хлеб Крестьянский<br/>витаминизированный</b> | Ккал-48, Белки-2, У/в-11            | <b>2-04</b>  |
| 25    | <b>Хлеб Чусовской обоготенный<br/>йодом</b>     | Ккал-53, Белки-2, У/в-12            | <b>2-04</b>  |

**Итого за 1-4 (72-95)-завтрак** Ккал-476, Белки-21, Жиры-16, У/в-153 **72-75**

**Комплекс I (5-11 классы)**

|     |                                                 |                                    |              |
|-----|-------------------------------------------------|------------------------------------|--------------|
| 15  | <b>Помидоры свежие<br/>порционные</b>           | Ккал-3, У/в-1                      | <b>5-76</b>  |
| 134 | <b>Яблоко</b>                                   | Белки-1, Жиры-1, У/в-14            | <b>19-30</b> |
| 180 | <b>Макаронные изделия<br/>отварные.</b>         | Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39  | <b>10-14</b> |
| 100 | <b>Котлеты Домашние</b>                         | Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9 | <b>63-22</b> |
| 200 | <b>Чай с сахаром</b>                            |                                    | <b>2-48</b>  |
| 25  | <b>Хлеб Чусовской обоготенный<br/>йодом</b>     | Ккал-53, Белки-2, У/в-12           | <b>2-04</b>  |
| 25  | <b>Хлеб Крестьянский<br/>витаминизированный</b> | Ккал-48, Белки-2, У/в-11           | <b>2-04</b>  |

**Итого за 5-11 (105-00)** Ккал-539, Белки-24, Жиры-21, У/в-84 **104-98**

Обед 5-11классы

|     |                                          |                                    |       |
|-----|------------------------------------------|------------------------------------|-------|
| 15  | Помидоры свежие порционные               | Ккал-3, У/в-1                      | 5-76  |
| 127 | Яблоко                                   | У/в-11                             | 18-29 |
| 250 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13  | 15-96 |
| 180 | Макаронные изделия отварные.             | Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39  | 10-14 |
| 100 | Котлеты Домашние                         | Ккал-212, Белки-13, Жиры-15, У/в-9 | 63-22 |
| 200 | Чай с сахаром                            |                                    | 2-48  |
| 25  | Хлеб Чусовской обоготенный йодом         | Ккал-53, Белки-2, У/в-12           | 2-04  |
| 25  | Хлеб Крестьянский витаминизированный     | Ккал-48, Белки-2, У/в-11           | 2-04  |

Итого за Обед5-11(120) Ккал-653, Белки-26, Жиры-27, У/в-95 119-93

Полдник

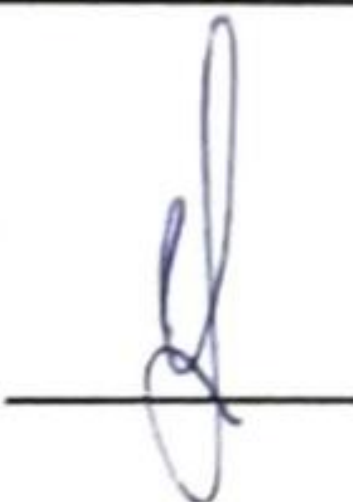
|     |                   |                                    |       |
|-----|-------------------|------------------------------------|-------|
| 200 | Сок фруктовый     | Ккал-92, У/в-23                    | 18-72 |
| 65  | Булочка Дорожная. | Ккал-341, Белки-7, Жиры-11, У/в-53 | 11-27 |

Итого за Полдник(30) Ккал-433, Белки-7, Жиры-12, У/в-75 29-99

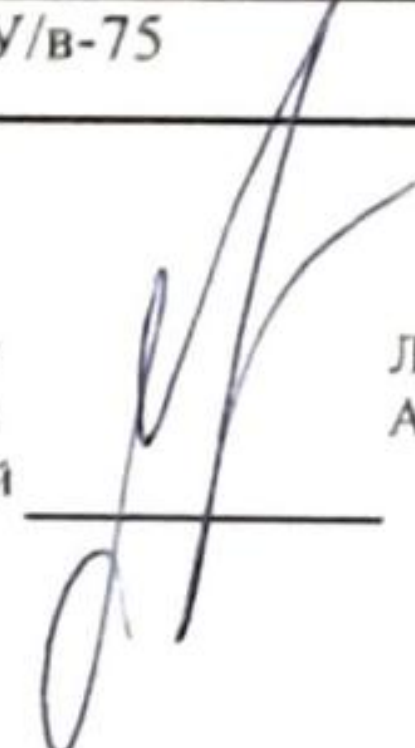
Директор

  
Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой

  
Луконина Ольга  
Александровна

Согласовано \_\_\_\_\_