

**Школа Родники**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс I (5-11 классы)</u></b>			
140	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	20-16
180	<b>Макаронные изделия отварные.</b>	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	10-14
100	<b>Индейка по Люблински</b>	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	70-03
200	<b>Чай с сахаром</b>		2-48
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
<b>Итого за 5-11 (105-00)</b>		<b>Ккал-519, Белки-36, Жиры-24, У/в-72</b>	<b>104-99</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Напиток Золотой шар</b>	Ккал-15, У/в-4	7-20
100	<b>Ватрушка с творогом,</b>		22-23
<b>Итого за Полдник(30)</b>		<b>Ккал-15, У/в-4</b>	<b>29-43</b>
<b><u>Комплекс (1-4 классы)</u></b>			
15	<b>Огурцы свежие порционные</b>		4-90
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	8-47
90	<b>Биточек рубленый из индейки</b>	Ккал-299, Белки-18, Жиры-35, У/в-17	53-85
200/5	<b>Чай с лимоном,,</b>		3-85
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-18
<b>Итого за 1-4 (75-58)-завтрак</b>		<b>Ккал-585, Белки-26, Жиры-39, У/в-72</b>	<b>75-43</b>

Обед 5-11классы

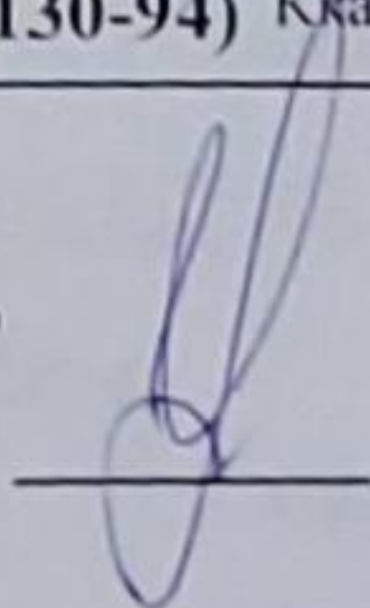
20	Огурцы свежие порционные	Ккал-3	6-53
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	32-22
180	Макаронные изделия отварные.	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	10-14
100	Индейка по Люблински	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	70-03
200	Компот из яблок	Ккал-75, У/в-19	9-49
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-711, Белки-38, Жиры-29, У/в-92	130-59

Директор



Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой

Лукошина Ольга  
Александровна

Согласовано \_\_\_\_\_