

**Школа Родники**

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

Комплекс I (5-11 классы)

20	<i>Квашеная капуста по домашнему</i>	Ккал-16, Жиры-1, У/в-2	<b>3-44</b>
135	<i>Яблоко</i>	У/в-12	<b>19-44</b>
180	<i>Рис припущенный.</i>	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	<b>16-00</b>
100	<i>Фрикасе из филе куриного</i>	Ккал-156, Белки-17, Жиры-10, У/в-1	<b>56-64</b>
200	<i>Напиток Золотой шар</i>	Ккал-15, У/в-4	<b>7-20</b>
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-18</b>

**Итого за 5-11 (105-00)** Ккал-466, Белки-23, Жиры-15, У/в-73 **104-90**

Полдник

180	<i>Компот из вишни</i>	Ккал-82, У/в-43	<b>12-41</b>
90	<i>Булочка с корицей</i>		<b>17-52</b>

**Итого за Полдник(30)** Ккал-82, У/в-43 **29-93**

Комплекс (1-4 классы)

25	<i>Квашеная капуста по домашнему</i>	Ккал-20, Жиры-1, У/в-2	<b>4-30</b>
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	<b>8-82</b>
90	<i>Котлеты Домашние</i>	Ккал-191, Белки-12, Жиры-14, У/в-8	<b>56-98</b>
200	<i>Чай с сахаром</i>		<b>3-19</b>
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-18</b>

**Итого за 1-4 (75-58)-завтрак** Ккал-444, Белки-19, Жиры-19, У/в-53 **75-47**

Обед 5-11классы

15	Квашеная капуста по домашнему	Ккал-12, Жиры-1, У/в-1	2-58
124	Яблоко	У/в-11	17-86
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	28-31
180	Рис припущенный.	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	16-00
100	Фрикасе из филе куриного	Ккал-156, Белки-17, Жиры-10, У/в-1	56-64
200	Напиток Золотой шар	Ккал-15, У/в-4	7-20
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
Итого за Обед5-11(130-94)		Ккал-576, Белки-26, Жиры-21, У/в-84	130-77

Директор

Иванов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Александровна

Согласовано