

## Школа Родники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс I (5-11 классы)</u>			
19	Кукуруза консервированная	Ккал-30, Жиры-3, У/в-1	7-35
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	70-16
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	12-88
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
25	Хлеб Чусовской обоготенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-18
Итого за 5-11 (105-00)		Ккал-693, Белки-38, Жиры-26, У/в-121	104-89
<u>Полдник</u>			
200	Напиток Золотой шар	Ккал-15, У/в-4	7-20
65	Пирожок слоеный с творогом		21-88
Итого за Полдник(30)		Ккал-15, У/в-4	29-08
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
19	Кукуруза консервированная	Ккал-30, Жиры-3, У/в-1	7-35
150	Макаронные изделия отварные	Ккал-185, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	8-47
90	Котлета рубленая из филе куриного с отрубями.	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	53-53
200/5	Чай с лимоном,,		3-85
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
Итого за 1-4 (75-58)-завтрак		Ккал-595, Белки-26, Жиры-46, У/в-376	75-38

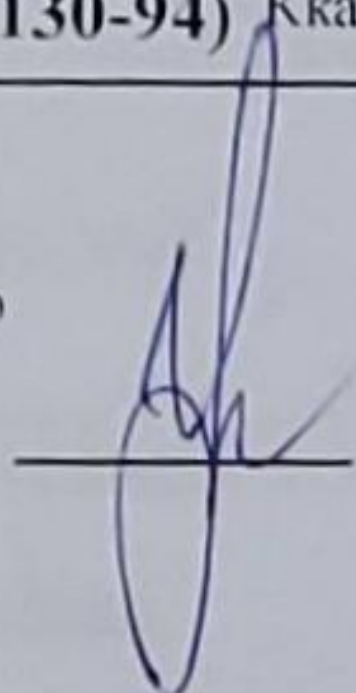
Обед 5-11классы

17	кукуруза консервированная	Ккал-30, Жиры-3, У/в-1	7-35
	Борщ с капустой и		
230/10	картофелем со сметаной с мясом.	Ккал-114, Белки-2, Жиры-6, У/в-13	27-83
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	70-16
200	Компот из вишни	Ккал-91, У/в-48	12-88
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
<b>Итого за Обед5-11(130-94)</b>		<b>Ккал-754, Белки-38, Жиры-32, У/в-122</b>	<b>130-54</b>



Полковник  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер



Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Александровна

Составлено