

**Школа Родники ( )**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплекс1 (5-11классы)</b>			
25	<b>Кукуруза консервированная</b>	Ккал-39, Жиры-4, У/в-1	9-67
180	<b>Капуста тушеная.</b>	Ккал-113, Белки-4, Жиры-3, У/в-16	28-82
100	<b>Котлеты Ш кольные</b>	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	59-68
200	<b>Чай с сахаром</b>		2-48
25	<b>Хлеб Чусовской обогащенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-18
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
<b>Итого за 5-11 (105-00)</b>		Ккал-514, Белки-24, Жиры-21, У/в-56	<b>105-01</b>
<b>Полдник</b>			
200	<b>Компот из смородины</b>	Ккал-91, У/в-48	16-18
90	<b>Пирожки печенье с яблоком</b>		13-88
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-91, У/в-48	<b>30-06</b>
<b>Комплекс (1-4 классы)</b>			
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Ккал-279, Белки-7, Жиры-8, У/в-34	18-25
100	<b>Тфтели мясные с соусом</b>	Ккал-204, Белки-14, Жиры-12, У/в-9	52-19
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 1-4 (75-58)-завтрак</b>		Ккал-531, Белки-23, Жиры-21, У/в-54	<b>75-10</b>
<b>Обед 5-11классы</b>			
15	<b>Кукуруза консервированная</b>	Ккал-24, Жиры-2, У/в-1	5-80
250/15/ 2	<b>Суп лапша домашняя с филе кур..</b>	Ккал-300, Белки-7, Жиры-15, У/в-35	22-81
180	<b>Капуста тушеная.</b>	Ккал-113, Белки-4, Жиры-3, У/в-16	28-82
100	<b>Котлеты Ш кольные</b>	Ккал-261, Белки-16, Жиры-14, У/в-16	59-68
200	<b>Компот из клубники</b>	Ккал-91, У/в-48	9-27
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-18
25	<b>Хлеб Чусовской обогащенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-18
<b>Итого за Обед5-11(130-94)</b>		Ккал-889, Белки-31, Жиры-34, У/в-138	<b>130-74</b>
<b>Итого за</b>		Ккал-2 026, Белки-77, Жиры-77, У/в-296	<b>340-91</b>