

**Школа Родники**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<b>Сок фруктовый.</b>	Ккал-60, У/в-15	<b>23-40</b>
60	<b>Манник</b>	Ккал-226, Белки-3, Жиры-12, У/в-28	<b>11-09</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-286, Белки-3, Жиры-12, У/в-42	<b>34-49</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
150	<b>Пюре картофельное</b>	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	<b>20-02</b>
100	<b>Суфле "Рыбка"</b>	Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10	<b>48-17</b>
200	<b>Чай черный с ягодами(облепиха)</b>	Ккал-58, У/в-15	<b>5-20</b>
20	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-39, Белки-1, У/в-8	<b>1-92</b>
<b>Итого за 1-4 (75-58)-завтрак</b>		Ккал-428, Белки-18, Жиры-15, У/в-54	<b>75-31</b>
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/10	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,</b>	Ккал-127, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	<b>23-12</b>
180	<b>Макаронные изделия отварные.</b>	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	<b>11-31</b>
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	<b>56-66</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-64, У/в-16	<b>10-08</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
38	<b>Слойка с малиной</b>		<b>24-80</b>
<b>Итого за Обед5-11(130-94)</b>		Ккал-719, Белки-27, Жиры-25, У/в-97	<b>130-77</b>

Комплекс1 (5-11классы)

35	<b>Горошек консервированный</b>	Ккал-55, Жиры-5, У/в-2	<b>14-41</b>
180	<b>Пюре картофельное.</b>	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	<b>24-03</b>
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	<b>56-66</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-64, У/в-16	<b>10-08</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</b>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	<b>2-40</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>
<b>Итого за 5-11 (110-00)</b>		Ккал-585, Белки-22, Жиры-24, У/в-70	<b>109-98</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой
Лужникова Ольга  
Александровна

Согласовано