

**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>
65	<b>Манник</b>	Ккал-245, Белки-3, Жиры-12, У/в-30	<b>11-51</b>
<b>Итого за Полдник(30)</b>		Ккал-304, Белки-3, Жиры-13, У/в-45	<b>34-91</b>
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
150	<b>Пюре картофельное</b>	Ккал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21	<b>20-66</b>
100	<b>Суфле "Рыбка"</b>	Ккал-198, Белки-14, Жиры-12, У/в-10	<b>48-17</b>
205	<b>Чай с лимоном,,</b>		<b>4-37</b>
24	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-46, Белки-1, У/в-10	<b>2-30</b>
<b>Итого за 1-4 (75-58)-завтрак</b>		Ккал-377, Белки-18, Жиры-15, У/в-40	<b>75-50</b>
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/5/1 0	<b>Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,</b>	Ккал-129, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	<b>22-78</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>59-44</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-64, У/в-16	<b>9-92</b>
25	<b>Хлеб Крестьянский витаминизированный</b>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	<b>2-40</b>
38	<b>Слойка с малиной</b>		<b>24-80</b>
<b>Итого за Обед5-11(130-94)</b>		Ккал-669, Белки-25, Жиры-25, У/в-86	<b>130-65</b>
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
26	<b>Горошек консервированный</b>	Ккал-41, Жиры-4, У/в-2	<b>10-70</b>
180	<b>Пюре картофельное.</b>	Ккал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-25	<b>24-79</b>
100	<b>Поджарка из индейки</b>	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	<b>59-44</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Ккал-64, У/в-16	<b>9-92</b>
25	<b>Хлеб Чусовской обогащенный 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-571, Белки-22, Жиры-22, У/в-69	<b>109-65</b>

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовойЛуконина Ольга  
Алексасовна