

**Школа Родники**

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

**Полдник**

200/7 **Чай с лимоном** Ккал-39, У/в-10 **4-92**

85 **Булочка Аппетитная с  
маком** **29-69**

**Итого за Полдник(30)** Ккал-39, У/в-10 **34-61**

**Комплекс (1-4 классы)**

100 **Тефтели из мяса с соусом** Ккал-262, Белки-10, Жиры-17, У/в-17 **49-07**

180 **Рис припущенный.** Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45 **16-02**

200 **Чай черный с  
ягодами(облепиха)** Ккал-58, У/в-15 **5-14**

30 **Хлеб Крестьянский  
витаминизированный** Ккал-58, Белки-2, У/в-13 **2-88**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный  
йодом** Ккал-53, Белки-2, У/в-12 **2-40**

**Итого за 1-4 (75-58)-завтрак** Ккал-662, Белки-18, Жиры-21, У/в-101 **75-51**

**Обед 5-11классы**

30 **Кукуруза консервированная** Ккал-47, Жиры-4, У/в-2 **15-00**

250/10/3 **Суп лапша домашняя с филе  
кур...** Ккал-301, Белки-7, Жиры-15, У/в-35 **17-93**

250 **Жаркое по домашнему из  
свинины** Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43 **72-81**

200 **Компот из смородины** Ккал-91, У/в-48 **20-26**

25 **Хлеб Крестьянский  
витаминизированный** Ккал-48, Белки-2, У/в-11 **2-40**

25 **Хлеб Чусовской обоготенный  
йодом** Ккал-53, Белки-2, У/в-12 **2-40**

**Итого за Обед5-11(130-94)** Ккал-1 008, Белки-23, Жиры-29, У/в-150 **130-80**

Комплекс1 (5-11классы)

|                               |                                             |                                    |               |
|-------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------|---------------|
| 28                            | <b>Кукуруза консервированная</b>            | Ккал-44, Жиры-4, У/в-2             | <b>14-00</b>  |
| 250                           | <b>Жаркое по домашнему из свинины</b>       | Ккал-467, Белки-12, Жиры-9, У/в-43 | <b>72-81</b>  |
| 200                           | <b>Компот из смородины</b>                  | Ккал-91, У/в-48                    | <b>20-26</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> |                                             |                                    | <b>109-47</b> |

Директор

Роганов  
Владимир  
Владимирович

Бухгалтер

Заведующая  
производством  
столовой

Луконина Ольга  
Алексасовна

Согласовано