



Безникова С. Ю

Меню Приятного аппетита!

14.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
90	Тефтели из кури и свинины	Калорийность-232	54-71
150/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 150/20 (о.ч)	Калорийность-142	46-61
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
31	Батон витаминизированный "	Калорийность-89	3-85
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-514 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
130	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-226	106-95
180	Макаронные изделия отварные*	Калорийность-234	14-70
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
19	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-45	1-67
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-606 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/20	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч.)	Калорийность-147	23-58
130	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-226	106-95
180/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/25	Калорийность-255	26-05
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	18-84
39	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-93	3-39
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-997 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
130	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-226	106-95
180	Макаронные изделия отварные*	Калорийность-234	14-70
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
19	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-45	1-67
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-606 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч)	Калорийность-163	13-94
90	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-161	74-40
160	Макаронные изделия отварные**	Калорийность-195	13-06
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-774 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
120/20	Запеканка морковная со сгущенным молоком (о. ч)	Калорийность-298	41-96
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
75	Булочка с сыром	Калорийность-258	35-16
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-615 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-130	11-43
90	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-161	74-40
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-216	30-15
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-94
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-866	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

90	Тефтели из кури и свинины	Калорийность-232	54-71
150/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 150/20 (о.ч)	Калорийность-142	46-61
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
31	Батон витаминизированный "	Калорийность-89	3-85
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-130	11-43
90	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-161	74-40
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-216	30-15
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-94
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 380	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

130	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-226	106-95
180	Макаронные изделия отварные*	Калорийность-234	14-70
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
19	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-45	1-67
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/20	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч.)	Калорийность-147	23-58
100	Биточек "Диетический" (о.ч.) (2/к)	Калорийность-104	73-58
180/45	Капуста припущенная/Огурец свежий 180/45	Калорийность-69	59-59
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
140	Яблоко свежее	Калорийность-63	20-29
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 195	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/20	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч.)	Калорийность-147	23-58
130	Кура запеченная по-домашнему	Калорийность-226	106-95
180/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/25	Калорийность-255	26-05
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
130	Яблоко свежее	Калорийность-78	18-84
39	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-93	3-39
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-958	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____