



Лезикова С.Ю

Меню Приятного аппетита!

16.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
100	Гуляш из филе индейки	Калорийность-203	71-68
150/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/30	Калорийность-216	25-81
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	5-85
42	Батон витаминизированный "	Калорийность-121	5-30
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-594	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	52-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-92
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-582	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч).	Калорийность-155	33-57
100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
180/45	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/45 (о.ч)	Калорийность-163	61-21
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-40
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-96
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-985	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	52-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-92
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-582	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп картофельный с макаронными изделиями (о ч)	Калорийность-99	14-15
80	Котлета "Ассорти" (с/к).	Калорийность-236	55-72
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	37-86
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-42
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-717	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
180	Макаронны с сыром	Калорийность-288	40-47
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
100	Булочка дорожная	Калорийность-378	36-65
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-724	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-183	35-92
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-40
23	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-55	2-04
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы Калорийность-946 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из филе индейки	Калорийность-203	71-68
150/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/30	Калорийность-216	25-81
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	5-85
42	Батон витаминизированный"	Калорийность-121	5-30
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-183	35-92
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-40
23	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-55	2-04
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед) Калорийность-1 540 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	52-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-92
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
30/30	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	32-74
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч) .	Калорийность-155	33-57
90	Биточек из кури 90	Калорийность-143	72-40
180	Булгур с овощами	Калорийность-219	23-35
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66

Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) Калорийность-1 562 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч) .	Калорийность-155	33-57
100	Шницель мясной	Калорийность-239	67-87
180/45	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/45 (о.ч)	Калорийность-163	61-21
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-96
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-40

Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-985 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____