



Фезикова С.Ю.

Меню Приятного аппетита!

22.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-147	53-13
200	Макаронны с сыром	Калорийность-319	45-60
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	5-85
33	Батон витаминизированный "	Калорийность-95	4-06
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-614	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-219	50-89
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-37
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-708	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч).	Калорийность-155	33-57
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/35	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/35	Калорийность-219	45-41
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 081	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-219	50-89
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-37
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-708	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
90/20	Тефтели в сметанном соусе (с/к)	Калорийность-211	52-31
150	Булгур с овощами	Калорийность-182	19-64
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-760	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
50/5	Омлет натуральный *	Калорийность-118	34-83
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
75	Манник с маком	Калорийность-270	38-40
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-456	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
150	Булгур с овощами	Калорийность-182	19-64
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-1 001 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-147	53-13
200	Макаронны с сыром	Калорийность-319	45-60
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	5-85
33	Батон витаминизированный"	Калорийность-95	4-06
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
150	Булгур с овощами	Калорийность-182	19-64
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 615 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-219	50-89
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-37
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч.)	Калорийность-155	33-57
50/200	Азу из говядины (о.ч.)	Калорийность-313	124-10
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
130	Яблоко свежее	Калорийность-78	18-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-30
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 475 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч.)	Калорийность-155	33-57
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/35	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/35	Калорийность-219	45-41
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 081 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____