



Резникова С.В.

Меню Приятного аппетита!

23.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
100/50	Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке).	Калорийность-449	67-58
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
50	Печенье (весовое) *	Калорийность-119	13-11
130	Яблоко свежее	Калорийность-59	18-84
45	Батон витаминизированный	Калорийность-118	5-64
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-796	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-220	97-35
180/20	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/20	Калорийность-255	23-44
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
29	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-69	2-53
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-645	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
100	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	55-00
250	Суп картофельный с горохом*(о.ч)	Калорийность-141	14-65
100	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-220	97-35
180	Макаронные изделия отварные*	Калорийность-234	14-70
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
27	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-64	2-31
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-832	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-220	97-35
180/20	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/20	Калорийность-255	23-44
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
29	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-69	2-53
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-645	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп картофельный с горохом (о. ч)	Калорийность-120	11-70
80	Наггетсы из филе кури по-домашнему.	Калорийность-202	77-51
150/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/15	Калорийность-213	18-87
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06
24	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-57	2-07
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-745	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
100	Салат "Витаминный "из белокочанной капусты с яблоками (о.ч)	Калорийность-137	15-08
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
65	А-ля чикенбургер	Калорийность-369	62-04
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-564	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

60	Огурец малосольный.	Калорийность-8	37-03	
250	Суп картофельный с горохом*(о.ч)	Калорийность-141	14-65	
90	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-202	87-35	
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-217	12-35	
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06	
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-74	
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77	
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-795	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100/50	Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке).	Калорийность-449	67-58	
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47	
50	Печенье (весовое) *	Калорийность-119	13-11	
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	18-84	
45	Батон витаминизированный"	Калорийность-130	5-64	
60	Огурец малосольный.	Калорийность-8	37-03	
250	Суп картофельный с горохом*(о.ч)	Калорийность-141	14-65	
90	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-202	87-35	
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-217	12-35	
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06	
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-74	
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77	
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 661	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-220	97-35	
180/20	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/20	Калорийность-255	23-44	
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47	
29	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-69	2-53	
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77	
90	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-18	49-50	
250	Суп картофельный с горохом*(о.ч)	Калорийность-141	14-65	
100	Мясо тушеное (с) (о.ч.)	Калорийность-278	63-56	
180	Булгур с овощами	Калорийность-219	23-35	
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06	
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00	
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-95	
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77	
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 654	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

100	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	55-00	
250	Суп картофельный с горохом*(о.ч)	Калорийность-141	14-65	
100	Наггетсы из филе кури по-домашнему	Калорийность-220	97-35	
180	Макаронные изделия отварные*	Калорийность-234	14-70	
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-104	7-06	
27	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-64	2-31	
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77	
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-832	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____