



Федикова С.Ю

Меню Приятного аппетита!

24.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/15/30	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-302	59-13
200	Каша молочная ячневая с маслом	Калорийность-356	28-17
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-34
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-754	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Котлета рыбная (горб. б/г)	Калорийность-181	70-74
200	Рис припущенный "Светофор".	Калорийность-226	33-71
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-28
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-726	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
60	Огурец малосольный.	Калорийность-8	37-03
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-126	23-03
100	Котлета рыбная (горб. б/г)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-68
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-885	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета рыбная (горб. б/г)	Калорийность-181	70-74
200	Рис припущенный "Светофор".	Калорийность-226	33-71
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-28
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-726	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-146	18-57
80/20	Котлета рыбная с соусом (горб. б/г)	Калорийность-158	57-68
160	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-241	26-72
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-737	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-147	53-13
100	Булочка ванильная	Калорийность-340	28-35
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-487	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-146	18-57
90	Котлета рыбная (горб. б/г) 90	Калорийность-158	63-66
150/40	Рис припущенный "Светофор" /Огурец свежий 150/40	Калорийность-226	49-68
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
23	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-55	1-99
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-855	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/15/30	Бутерброд с сыром,маслом (батон)	Калорийность-302	59-13
200	Каша молочная ячневая с маслом	Калорийность-356	28-17
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-34
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-146	18-57
90	Котлета рыбная (горб. б/г) 90	Калорийность-158	63-66
150/40	Рис припущенный "Светофор" /Огурец свежий 150/40	Калорийность-226	49-68
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
23	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-55	1-99
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 609	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета рыбная (горб. б/г)	Калорийность-181	70-74
200	Рис припущенный "Светофор".	Калорийность-226	33-71
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-28
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-126	23-03
100	Котлета мясная (г/к)	Калорийность-206	83-13
180/50	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	72-00
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
15	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-36	1-33
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 377	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

60	Огурец малосольный.	Калорийность-8	37-03
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-126	23-03
100	Котлета рыбная (горб. б/г)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-68
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-885	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____