



## Меню Приятного аппетита!

29.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
130	Омлет натуральный	Калорийность-246	61-73
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
50	Печенье (весовое) *	Калорийность-119	13-11
140	Яблоко свежее	Калорийность-63	20-29
42	Батон витаминизированный "	Калорийность-121	5-26
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-616	108-64
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Колбаски " Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
180/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/25	Калорийность-258	34-26
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-44
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-556	128-56
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
80	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-16	44-00
250	Рассольник ленинградский со сметаной( о. ч)	Калорийность-125	24-19
100	Колбаски " Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
200	Рис "Золотистый"	Калорийность-286	21-13
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
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-774	192-84
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Колбаски " Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
180/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/25	Калорийность-258	34-26
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-44
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-556	128-56
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	Калорийность-110	19-74
100	Котлета "Ассорти" из кури и свинины	Калорийность-234	66-25
160	Рис "Золотистый".	Калорийность-232	17-06
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
29	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-69	2-58
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-765	118-98
<b><u>Полдник для групп продленного дня</u></b>			
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**

200	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	Калорийность-110	19-74
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
150/40	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/40)	Калорийность-220	40-58
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 (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-652 162-95

**Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)**

130	Омлет натуральный	Калорийность-246	61-73
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
50	Печенье (весовое) *	Калорийность-119	13-11
140	Яблоко свежее	Калорийность-126	20-29
42	Батон витаминизированный"	Калорийность-121	5-26
200	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	Калорийность-110	19-74
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
150/40	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/40)	Калорийность-220	40-58
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 Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 331 271-59

**Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)**

100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
180/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/25	Калорийность-258	34-26
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-44
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
80	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-16	44-00
250	Рассольник ленинградский со сметаной( о. ч)	Калорийность-125	24-19
50/50	Филе куриное в молочном соусе	Калорийность-161	74-55
200	Каша гречневая рассыпчатая 200	Калорийность-387	13-22
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
140	Яблоко свежее	Калорийность-84	20-29
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-24
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 538 321-40

**(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)**

80	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-16	44-00
250	Рассольник ленинградский со сметаной( о. ч)	Калорийность-125	24-19
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-130	86-62
200	Рис "Золотистый"	Калорийность-286	21-13
200	Напиток из шиповника	Калорийность-71	11-58
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-774 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - \_\_\_\_\_

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_