



Фезикова С.Ю

Меню Приятного аппетита!

30.01.2025

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
180/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-163	59-04
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-63
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-937	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
90/20	Голубцы "Любительские" (свинина) с соусом	Калорийность-169	50-05
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	37-86
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-89
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-667	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
100	Булочка "Розовая" (о.ч.)	Калорийность-340	19-12
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-535	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч).	Калорийность-155	33-57
90	Шницель мясной.	Калорийность-239	61-33
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-183	35-92
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-40
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-952 162-95

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
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч).	Калорийность-155	33-57
90	Шницель мясной.	Калорийность-239	61-33
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-183	35-92
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-40
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 546 271-59

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
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч).	Калорийность-155	33-57
100	Биточек из кури	Калорийность-173	78-55
180/40	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/40	Калорийность-219	47-96
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
35	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-83	3-03
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 521 321-40

(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
180/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-163	59-04
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-63
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
50	Выпечка из слоеного теста 50	Калорийность-150	15-70
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-937 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____