



Резникова С.И.

Меню Приятного аппетита!

07.02.2025

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/2)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-27
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-795	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
70	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-14	36-92
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	24-84
100	Котлета рыбная (горб. б/2)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-32
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
32	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-76	2-83
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-984	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета рыбная (горб. б/2)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-27
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-795	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-146	18-72
90	Котлета рыбная (горб. б/2) 90	Калорийность-158	63-80
150	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	25-07
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-32
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-30
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-734	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
100	Салат из моркови с сахаром (о.ч.)	Калорийность-115	15-97
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-47
65	А-ля чикенбургер	Калорийность-369	62-04
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-535	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-146	18-72
90	Котлета рыбная (горб. б/з) 90	Калорийность-158	63-80
150/40	Рис припущенный "Светофор" /Огурец свежий 150/40	Калорийность-226	49-68
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-32
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-960 162-95

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	18-72
90	Котлета рыбная (горб. б/з) 90	Калорийность-158	63-80
150/40	Рис припущенный "Светофор" /Огурец свежий 150/40	Калорийность-226	49-68
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-32
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 715 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета рыбная (горб. б/з)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-27
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	24-84
100	Котлета мясная (г/к)	Калорийность-206	83-13
180/50	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	72-30
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-32
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-48
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 554 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

70	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-14	36-92
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	24-84
100	Котлета рыбная (горб. б/з)	Калорийность-181	70-74
180	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-226	30-31
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-32
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
32	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-76	2-83
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-984 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____