



С. В. Сукинова

Меню Приятного аппетита!

10.02.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/30	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-236	41-20
200	Каша молочная пшеничная с маслом	Калорийность-261	29-87
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-683 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-205	84-16
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий	Калорийность-353	31-81
180/30			
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-23
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-738 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-91	33-52
75/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-207	116-65
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий	Калорийность-342	29-21
180/35			
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	9-77
22	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-52	1-92
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-833 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-205	84-16
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий	Калорийность-353	31-81
180/30			
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-23
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-738 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
210	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, курой (о.ч.)	Калорийность-118	30-42
90	Тефтели из говядины и свинины	Калорийность-245	64-01
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-271	10-08
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	9-77
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-852 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	35-32
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
60	Булочка "Веснушка".	Калорийность-222	13-80
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-453 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, курой (о.ч.)	Калорийность-118	30-42
50/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-205	84-16
150/50	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/50	Калорийность-303	34-43
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	9-77
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-833 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/30	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-236	41-20
200	Каша молочная пшеничная с маслом	Калорийность-261	29-87
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	28-98
210	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, курой (о.ч.)	Калорийность-118	30-42
50/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-205	84-16
150/50	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/50	Калорийность-303	34-43
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	9-77
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-1 517 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-205	84-16
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/30	Калорийность-353	31-81
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-23
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, курой (о.ч.)	Калорийность-91	33-52
100	Котлета мясная (к/с) 100	Калорийность-223	66-24
180/15	Картофель в молоке/Помидор свежий (180/15)	Калорийность-194	50-16
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	9-77
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	28-98
28	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-67	2-40
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 572 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, курой (о.ч.)	Калорийность-91	33-52
75/50	Филе индейки в соусе	Калорийность-207	116-65
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/35	Калорийность-342	29-21
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	9-77
22	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-52	1-92
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-833 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____