



Безкилове С, Ю

Меню Приятного аппетита!

12.02.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед 5-11 классы</u>			
80	Салат из свеклы (о.ч.)	Калорийность-98	13-98
250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-168	40-88
100/10	Колбаски "Витаминные" с маслом (о.ч)	Калорийность-181	102-56
180	Рис "Золотистый"	Калорийность-263	20-08
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-99
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-926	192-84
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
130	Омлет натуральный	Калорийность-246	61-73
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-20
50	Печенье (весовое) *	Калорийность-225	14-55
140	Яблоко свежее	Калорийность-63	20-29
47	Батон витаминизированный "	Калорийность-135	5-87
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-722	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	86-62
180/25	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/25	Калорийность-252	32-20
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-71
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-26
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-584	128-56
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	86-62
180/25	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/25	Калорийность-252	32-20
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-71
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-26
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-584	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-145	34-57
80	Котлета мясная (к/с) 80	Калорийность-176	53-61
150	Рис "Золотистый".	Калорийность-196	16-64
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
21	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-50	1-81
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-703	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-162	27-73
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-34
100	Шанежка с картофелем (о. ч)	Калорийность-295	32-41
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-554	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

60	Салат из свеклы (о.ч.).	Калорийность-78	9-75
210	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой (о.ч)	Калорийность-145	34-57
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	86-62
150	Рис "Золотистый".	Калорийность-196	16-64
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
35	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-83	3-02
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы Калорийность-774

162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

130	Омлет натуральный	Калорийность-246	61-73
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-20
50	Печенье (весовое) *	Калорийность-119	14-55
140	Яблоко свежее	Калорийность-63	20-29
47	Батон витаминизированный"	Калорийность-135	5-87
60	Салат из свеклы (о.ч.).	Калорийность-78	9-75
210	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой (о.ч)	Калорийность-145	34-57
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	86-62
150	Рис "Золотистый".	Калорийность-196	16-64
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
35	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-83	3-02
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед) Калорийность-1 390

271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	86-62
180/25	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/25	Калорийность-252	32-20
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-71
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-26
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
80	Салат из свеклы (о.ч.)	Калорийность-98	13-98
250/10	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой(о.ч)	Калорийность-168	40-88
50/50	Филе куриное в молочном соусе	Калорийность-161	74-55
180/35	Каши гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/35	Калорийность-342	29-02
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
140	Яблоко свежее	Калорийность-84	20-29

Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) Калорийность-1 621

321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

80	Салат из свеклы (о.ч.)	Калорийность-98	13-98
250/10	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой(о.ч)	Калорийность-168	40-88
100/10	Колбаски "Витаминные" с маслом (о.ч)	Калорийность-181	102-56
180	Рис "Золотистый"	Калорийность-263	20-08
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-99
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-926

192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____