



Резникова С.И.

Меню Приятного аппетита!

18.02.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	16-97
235/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий 235/15	Калорийность-469	87-86
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-617
			108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Ежики мясные (и/с)	Калорийность-286	66-00
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20 (о.ч.)	Калорийность-164	54-24
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-71
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-617
			128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	37-50
100	Ежики мясные (и/с)	Калорийность-286	66-00
200	Картофельное пюре (о.ч)	Калорийность-202	47-70
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
35	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-87	3-10
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-1 027
			192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Ежики мясные (и/с)	Калорийность-286	66-00
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20 (о.ч.)	Калорийность-164	54-24
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-71
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-617
			128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	15-67
90	Ежики мясные (и/с) 90	Калорийность-258	60-04
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-141	35-92
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-631
			118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
100	Яблоки печеные	Калорийность-97	19-15
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-20
75	Ватрушка "Лакомка"	Калорийность-296	56-13
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-446
			81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	30-96
90	Ежики мясные (и/с) 90	Калорийность-258	60-04
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	38-83
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-948	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	16-97
235/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий 235/15	Калорийность-469	87-86
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	30-96
90	Ежики мясные (и/с) 90	Калорийность-258	60-04
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	38-83
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-1 565	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные (и/с)	Калорийность-286	66-00
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20 (о.ч.)	Калорийность-164	54-24
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-71
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	37-50
100	Биточек "Диетический" (о.ч.) (з/к)	Калорийность-104	74-12
180/30	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/30	Калорийность-259	39-58
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
35	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-87	3-10
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 519	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	37-50
100	Ежики мясные (и/с)	Калорийность-286	66-00
200	Картофельное пюре(о.ч)	Калорийность-202	47-70
200	Напиток "Здоровье" (в)	Калорийность-87	10-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
35	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-87	3-10
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 027	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____