



Султанова С.И.

Меню Приятного аппетита!

26.02.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
130/30	Омлет натуральный/Зеленый горошек	Калорийность-258	76-93
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-37
130	Яблоко свежее	Калорийность-59	19-73
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-521	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Колбаски " Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-59
180/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/25	Калорийность-258	34-65
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-34
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-556	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Рассольник ленинградский со сметаной(о. ч)	Калорийность-139	25-15
100	Колбаски " Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-59
180/35	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/35	Калорийность-260	41-67
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-938	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Колбаски " Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-59
180/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/25	Калорийность-258	34-65
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-34
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-556	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Рассольник"Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	20-47
80	Колбаски " Витаминные." (о.ч)	Калорийность-93	66-54
150	Рис "Золотистый".	Калорийность-196	15-99
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
23	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-55	1-95
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-616	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-162	27-30
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-34
100	Манник	Калорийность-382	32-80
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-641	81-44

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	20-47
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-69
150/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/25)	Калорийность-218	31-99
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
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-881

162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

130/30	Омлет натуральный/Зеленый горошек	Калорийность-258	76-93
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-37
130	Яблоко свежее	Калорийность-59	19-73
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	20-47
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-69
150/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/25)	Калорийность-218	31-99
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
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-1 394

271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-59
180/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/25	Калорийность-258	34-65
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-34
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
100	Салат из свеклы* (о.ч.)	Калорийность-96	15-86
250	Рассольник ленинградский со сметаной(о. ч)	Калорийность-139	25-15
120	Филе куриное "Аппетитное"(п/ф)	Калорийность-261	106-85
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/35	Калорийность-342	29-18
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) Калорийность-1 612

321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Рассольник ленинградский со сметаной(о. ч)	Калорийность-139	25-15
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-59
180/35	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/35	Калорийность-260	41-67
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21

Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-938

192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____