



## Меню Приятного аппетита!

04.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	16-97
235/15	Плов из филе индейки/Помидор свежий 235/15	Калорийность-469	87-86
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
<b>Итого за Завтрак 1-4 классы</b>			<b>108-64</b>
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-00
180/15	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	50-93
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-76
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
<b>Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)</b>			<b>128-56</b>
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	36-41
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-00
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20 (о.ч.)	Калорийность-164	53-82
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	18-55
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
<b>Итого за Обед 5-11 классы</b>			<b>192-84</b>
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-00
180/15	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	50-93
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-76
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
<b>Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)</b>			<b>128-56</b>
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	31-00
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины 90	Калорийность-258	61-87
150/30	Макаронные изделия отварные/Икра овощная 150/30	Калорийность-221	17-19
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-90
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
<b>Итого за Обед для групп продленного дня</b>			<b>118-98</b>
<b><u>Полдник для групп продленного дня</u></b>			
140	Яблоки, фаршированные морковью (о.ч)	Калорийность-112	32-70
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-76
80	Хачапури	Калорийность-14	44-02
<b>Итого за Полдник для групп продленного дня</b>			<b>81-48</b>

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	31-00
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-258	61-87
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-141	35-92
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	18-55
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-854 162-95

**Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)**

20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	16-97
235/15	Плов из филе индейки/Помидор свежий	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	31-00
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-258	61-87
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-141	35-92
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	18-55
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 471 271-59

**Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)**

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-00
180/15	Картофельное пюре/Огурец свежий (о.ч)	Калорийность-163	50-93
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-76
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	18-55
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
100	Икра морковная (о.ч.)	Калорийность-110	20-89
260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	36-41
100	Зразы "Школьные" из филе курицы	Калорийность-209	79-92
200	Рис "Золотистый"	Калорийность-286	21-01
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 725 321-40

**(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)**

260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	36-41
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-00
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий (о.ч.)	Калорийность-164	53-82
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	18-55
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-930 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - \_\_\_\_\_

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_