



Меню Приятного аппетита!

05.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	---------------------	-------------------------------

Завтрак 1-4 классы

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	
180	Макароны с сыром	Калорийность-255	53-13
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	44-11
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	6-34
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-571	5-06
			108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	66-24
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-35
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	25-06
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-756	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч).	Калорийность-142	33-57
120	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 120	Калорийность-285	79-53
180/35	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/35	Калорийность-219	45-83
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 057	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	66-24
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-35
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	25-06
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-756	128-56

Обед для групп продленного дня

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	29-89
90	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 90	Калорийность-223	59-00
160	Булгур с овощами	Калорийность-178	20-90
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-76
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-706	118-98

Полдник для групп продленного дня

250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-162	27-30
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	20-53
100	Манник	Калорийность-382	33-65
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-641	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	29-89
90	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 90	Калорийность-223	59-00
150/30	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/30	Калорийность-184	39-26
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-968	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	53-13
180	Макароны с сыром	Калорийность-255	44-11
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	6-34
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-06
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	29-89
90	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 90	Калорийность-223	59-00
150/30	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/30	Калорийность-184	39-26
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-1 539	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 100	Калорийность-242	66-24
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-35
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	25-20
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	33-57
250/15	Жаркое по-домашнему с говядиной/Огурец свежий (250/10)	Калорийность-336	128-77
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 547	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	33-57
120	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 120	Калорийность-285	79-53
180/35	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/35	Калорийность-219	45-83
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 057	192-84