



## Меню Приятного аппетита!

07.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
20/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-276	53-92
250	Каши молочная ячневая с маслом 250	Калорийность-287	32-92
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-659	108-64
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
180/20	Рис припущенный "Светофор"/Огурец свежий 180/20	Калорийность-229	40-57
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-612	128-56
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-126	23-28
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
180/40	Рис припущенный "Светофор"/Огурец свежий 180/40	Калорийность-229	53-28
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-898	192-84
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
180/20	Рис припущенный "Светофор"/Огурец свежий 180/20	Калорийность-229	40-57
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-59
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-612	128-56
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	18-78
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
160	Рис припущенный	Калорийность-231	16-81
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-695	118-98
<b><u>Полдник для групп продленного дня</u></b>			
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
100	Салат "Витаминный" (морковь с яблоками и кукурузой) (о.ч.)	Калорийность-146	27-46
75	Булочка с изюмом глазированная	Калорийность-247	21-66
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-469	81-48

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	18-78
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
150	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-186	27-00
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-845 162-95

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

20/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-276	53-92
250	Каши молочная ячневая с маслом 250	Калорийность-287	32-92
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-80
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	18-78
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
150	Рис припущенный "Светофор"	Калорийность-186	27-00
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 505 271-59

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

100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
180/20	Рис припущенный "Светофор"/Огурец свежий 180/20	Калорийность-229	40-57
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-126	23-28
100	Котлета "Пожарская" 100	Калорийность-266	98-15
200	Капуста тушеная" (о. ч)	Калорийность-117	33-99
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 478 321-40

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

250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-126	23-28
100	Биточек рыбный из горбуши (б/г) 100	Калорийность-195	74-97
180/40	Рис припущенный "Светофор"/Огурец свежий 180/40	Калорийность-229	53-28
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-58
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-898 192-84

Блюда готовят повара:

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

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_