



Резникова С. Ю

Меню Приятного аппетита!

11.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
90	Тефтели из филе курицы и свинины	Калорийность-240	54-50
150/20	Картофельное пюре/Помидор свежий (о.ч.)	Калорийность-154	44-00
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-34
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-533	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
120	Кура запеченная	Калорийность-271	98-25
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий	Калорийность-262	22-07
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
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-705	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч.)	Калорийность-181	21-92
120	Кура запеченная	Калорийность-271	98-25
180/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий	Калорийность-250	29-01
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	27-60
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 035	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
120	Кура запеченная	Калорийность-271	98-25
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий	Калорийность-262	22-07
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
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-705	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч.)	Калорийность-118	17-81
100	Кура запеченная	Калорийность-229	82-34
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-36
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-81
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-664	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
140	Яблоки, фаршированные морковью (о.ч.)	Калорийность-112	32-70
75	Булочка с корицей	Калорийность-319	38-04
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-518	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	17-81
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-25
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-216	31-72
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
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-813 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

90	Тефтели из филе кури и свинины 90	Калорийность-240	54-50
150/20	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/20 (о.ч.)	Калорийность-154	44-00
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-34
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	17-81
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-25
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-216	31-72
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
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-1 347 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-25
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/15	Калорийность-262	22-07
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 гороховый с гренками (о.ч)	Калорийность-181	21-92
100	Зразы "Школьные"из говядины	Калорийность-247	83-97
180/40	Рагу из овощей/Огурец свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-117	46-48
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-43
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 606 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч)	Калорийность-181	21-92
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-25
180/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/30	Калорийность-250	29-01
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-74
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	27-60
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-1 035 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____