



Резникова С.И.

Меню Приятного аппетита!

20.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
100/30	Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке).	Калорийность-269	74-84
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-64
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-37
130	Яблоко свежее	Калорийность-59	19-73
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-06
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-558	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-06
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	23-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
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-595	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	31-25
120	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 120	Калорийность-269	117-04
180/35	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/35	Калорийность-225	33-95
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
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-848	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-06
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	23-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
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-595	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
210	Суп картофельный с горохом, курой (о. ч)	Калорийность-155	26-50
100	Биточек из филе кури 100	Калорийность-174	69-43
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-36
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
22	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-52	1-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-742	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-58
100	Коврижка ванильная	Калорийность-408	35-29
100	Салат из свеклы с сыром (о. ч)	Калорийность-221	34-61
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-708	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Суп картофельный с горохом, курой (о. ч)	Калорийность-155	26-50
100	Наггетсы " по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-06
150/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/30	Калорийность-221	28-79
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-787 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100/30	Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке).	Калорийность-269	74-84
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-64
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-37
130	Яблоко свежее	Калорийность-59	19-73
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-06
210	Суп картофельный с горохом, курой (о. ч)	Калорийность-155	26-50
100	Наггетсы " по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-06
150/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/30	Калорийность-221	28-79
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 345 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Наггетсы " по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-06
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	23-10
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	31-25
125	Мясо свинины тушеное 125	Калорийность-391	93-83
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/40	Калорийность-358	31-93
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	1-53
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 694 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	31-25
120	Наггетсы "по -домашнему" из филе кури 120	Калорийность-269	117-04
180/35	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/35	Калорийность-225	33-95
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
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-848 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____