



Меню Приятного аппетита!

19.03.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	53-13
180	Макароны с сыром	Калорийность-255	44-23
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-22
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-06
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-571	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-35
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-83
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-774	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	34-87
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
180/45	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/45	Калорийность-219	45-28
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
50	Слойка с сыром 50гр	Калорийность-150	25-30
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-971	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-35
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-83
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-774	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	30-93
70/20	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины с красным соусом 70/20	Калорийность-166	53-61
150	Булгур с овощами	Калорийность-167	19-33
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	2-85
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-658	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	21-69
100	Шанежка с картофелем (о. ч)	Калорийность-295	32-49
Итого за Полдник для групп продленного дня			81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	30-93
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
150	Булгур с овощами	Калорийность-167	19-33
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
50	Слойка с сыром 50гр	Калорийность-150	25-30
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			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	44-23
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-22
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-06
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	30-93
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
150	Булгур с овощами	Калорийность-167	19-33
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
50	Слойка с сыром 50гр	Калорийность-150	25-30
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)			271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-35
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-83
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	34-87
250	Жаркое по-домашнему с говядиной (о. ч)	Калорийность-330	124-94
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	34-87
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-59
180/45	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/45	Калорийность-219	45-28
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
50	Слойка с сыром 50гр	Калорийность-150	25-30
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)			192-84