



Фезишкова С.В.

Меню Приятного аппетита!

17.03.2025

Выход (г).	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	35-86
200	Каша молочная рисовая с маслом	Калорийность-255	33-95
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	30-36
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-675	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	100-83
180/15	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/15	Калорийность-351	20-05
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-759	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Суп из овощей со сметаной (о.ч.)	Калорийность-99	21-84
75/50	Бефстроганов из филе индейки 125	Калорийность-326	143-03
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-03
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
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-966	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	100-83
180/15	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/15	Калорийность-351	20-05
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-759	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп из овощей со сметаной (о.ч.)	Калорийность-82	18-18
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-22
150/15	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/15	Калорийность-298	17-27
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
21	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-50	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-713	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	37-77
75	Булочка с маком"	Калорийность-221	11-35
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-452	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп из овощей со сметаной (о.ч).	Калорийность-82	18-18
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	100-83
150/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/30	Калорийность-281	26-22
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
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-852 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	35-86
200	Каша молочная рисовая с маслом 200	Калорийность-255	33-95
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-47
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	30-36
200	Суп из овощей со сметаной (о.ч).	Калорийность-82	18-18
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	100-83
150/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/30	Калорийность-281	26-22
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
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-1 527 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	100-83
180/15	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/15	Калорийность-351	20-05
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-84
120	Котлета мясная из говядины и свинины 120	Калорийность-335	94-60
180/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/30	Калорийность-250	29-66
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	30-36
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 756 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-84
75/50	Бефстроганов из филе индейки 125	Калорийность-326	143-03
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-03
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
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-966 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____