



Меню Приятного аппетита!

01.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	16-89
235/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий 235/15	Калорийность-469	88-05
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-617	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-04
180/15	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	51-81
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-73
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-611	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч)	Калорийность-101	21-41
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-04
180/30	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/30 (о. ч.)	Калорийность-163	59-61
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-82
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-841	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-04
180/15	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	51-81
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-73
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-611	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	17-36
80/20	Биточек из филе кури и свинины с красным соусом 80/20	Калорийность-192	54-51
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-141	38-27
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-73
27	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-64	2-35
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-76
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-589	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
100	Яблоки печеные	Калорийность-97	19-83
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
100	Пицца мясная	Калорийность-342	57-95
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-490	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	17-36
90	Ежжики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-258	62-20
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-141	38-27
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-82
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-815 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	16-89
235/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий	Калорийность-469	88-05
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-70
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	17-36
90	Ежжики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-258	62-20
150	Картофельное пюре** (о. ч.)	Калорийность-141	38-27
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-82
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-1 432 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежжики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-04
180/15	Картофельное пюре/Огурец свежий (о.ч)	Калорийность-163	51-81
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-73
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-101	21-41
100	Зразы "Школьные" из филе курицы	Калорийность-209	79-13
180/20	Рис "Золотистый"/Помидор свежий	Калорийность-252	30-74
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-82
190	Апельсин свежий"	Калорийность-76	47-20
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 434 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-101	21-41
100	Ежжики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-04
180/30	Картофельное пюре/Огурец свежий (о. ч.)	Калорийность-163	59-61
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-82
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-21
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-841 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____