



*Фезникова Г. Ю*

## Меню Приятного аппетита!

03.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
100/30	Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке).	Калорийность-269	65-04
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-45
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-37
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-567	108-64
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-02
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	23-41
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
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	31-42
120	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 120	Калорийность-269	117-01
180/35	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/35	Калорийность-225	33-81
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
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-02
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	23-41
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
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
210	Суп картофельный с горохом, курой (о. ч)	Калорийность-155	26-64
100	Биточек из филе кури 100	Калорийность-174	69-58
160	Макаронные изделия отварные	Калорийность-208	13-12
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-73
26	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-62	2-25
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-732	118-98
<b><u>Полдник для групп продленного дня</u></b>			
100	Салат из свеклы с сыром (о. ч)	Калорийность-221	34-92
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	7-51
75	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-248	39-05
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-561	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Суп картофельный с горохом, курой (о. ч)	Калорийность-155	26-64
100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-02
150/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/25	Калорийность-216	26-91
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
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-831 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100/30	Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке).	Калорийность-269	65-04
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-45
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-37
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
210	Суп картофельный с горохом, курой (о. ч)	Калорийность-155	26-64
100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-02
150/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/25	Калорийность-216	26-91
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
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-1 398 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 100	Калорийность-198	97-02
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	23-41
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	31-42
125	Мясо свинины тушеное 125	Калорийность-391	93-62
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/30	Калорийность-356	30-12
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 705 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	31-42
120	Наггетсы "по-домашнему" из филе кури 120	Калорийность-269	117-01
180/35	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/35	Калорийность-225	33-81
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 - \_\_\_\_\_