



Меню Приятного аппетита!

07.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/10/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-232	50-80
200	Каша молочная пшеница с маслом 200	Калорийность-261	29-70
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-677 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/30	Калорийность-353	29-17
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-759 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о. ч)	Калорийность-91	19-15
75/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 125	Калорийность-265	120-20
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Напиток витаминизированный "Витоника"	Калорийность-91	10-23
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-1 092 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/30	Калорийность-353	29-17
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-759 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.).	Калорийность-75	15-67
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-59
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
34	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-81	2-97
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-683 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	37-77
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
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	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.).	Калорийность-75	15-67
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/20	Калорийность-257	21-21
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-899	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-232	50-80
200	Каша молочная пшеница с маслом 200	Калорийность-261	29-70
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
200	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.).	Калорийность-75	15-67
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/20	Калорийность-257	21-21
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 576	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
180/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/30	Калорийность-353	29-17
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-21
250	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.)	Калорийность-91	19-15
100	Комплета "Пожарская" 100	Калорийность-266	98-28
180/40	Картофель запеченный/Огурец свежий 180/40*	Калорийность-185	63-41
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 441	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.)	Калорийность-91	19-15
75/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 125	Калорийность-265	120-20
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 092	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____