

Гезминова С.Ю.

Меню Приятного аппетита!

08.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
90	Тефтели из филе кури и свинины 90	Калорийность-240	54-05
150/15	Картофельное пюре/Огурец свежий 150/15 (о.ч)	Калорийность-136	44-40
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-515	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/15	Калорийность-262	23-20
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-681	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/20	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч.)	Калорийность-147	23-38
130	Кура запеченная 130	Калорийность-292	110-00
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	43-28
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
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-934	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/15	Калорийность-262	23-20
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-681	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	17-66
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	82-45
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-61
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-62
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-664	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
100	Яблоки печеные	Калорийность-97	19-98
100	Пицца мясная	Калорийность-342	57-86
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-490	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч)	Калорийность-118	17-66
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
150/35	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/35	Калорийность-216	31-82
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
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-813	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

90	Тефтели из филе кури и свинины 90	Калорийность-240	54-05
150/15	Картофельное пюре/Огурец свежий 150/15 (о.ч)	Калорийность-136	44-40
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
200/10	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч)	Калорийность-118	17-66
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
150/35	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/35	Калорийность-216	31-82
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
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-1 329	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/15	Калорийность-262	23-20
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп-пюре гороховый с гречками (о.ч)	Калорийность-181	21-72
100	Зразы "Школьные"из говядины	Калорийность-247	83-81
180/40	Рагу из овощей/Огурец свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-117	47-60
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
50	Круассан со сгущенкой 50гр	Калорийность-150	25-30
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-55
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 559	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/20	Суп-пюре гороховый с гречками (о.ч.)	Калорийность-147	23-38
130	Кура запеченная 130	Калорийность-292	110-00
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	43-28
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
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-934	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____