

Федина Е.В.
МАОУ СОШ
№ 157

Меню Приятного аппетита!

10.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	---------------------	-------------------------------

Завтрак 1-4 классы

100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-34
150/25	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/25	Калорийность-209	24-86
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-522	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Шницель мясной из филе кури и свинины 100	Калорийность-257	68-03
180/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	52-46
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
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-593	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч).	Калорийность-142	34-94
100	Шницель мясной из филе кури и свинины 100	Калорийность-257	68-03
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	57-76
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
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-941	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

100	Шницель мясной из филе кури и свинины 100	Калорийность-257	68-03
180/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	52-46
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
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-593	128-56

Обед для групп продленного дня

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	30-96
100	Голубцы "Любительские" со свиной и курой с соусом.	Калорийность-252	37-33
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	40-36
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
38	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-90	3-27
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-746	118-98

Полдник для групп продленного дня

200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
75	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-248	40-17
100	Салат из свеклы с сыром (о. ч)	Калорийность-221	34-92
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-522	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	30-96
90	Шницель мясной из филе кури и свинины	Калорийность-233	61-48
150/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/40 (о.ч.)	Калорийность-136	59-02
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
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-731	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из филе индейки	Калорийность-183	76-34
150/25	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/25	Калорийность-209	24-86
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	30-96
90	Шницель мясной из филе кури и свинины	Калорийность-233	61-48
150/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/40 (о.ч.)	Калорийность-136	59-02
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
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-1 253	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Шницель мясной из филе кури и свинины	Калорийность-257	68-03
180/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	52-46
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	34-94
100	Котлета из филе индейки	Калорийность-231	86-51
180/30	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/30	Калорийность-219	39-28
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
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-1 564	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	34-94
100	Шницель мясной из филе кури и свинины	Калорийность-257	68-03
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	57-76
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-116	7-06
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
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-941	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____