



Меню Приятного аппетита!

11.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/15/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-269	58-15
250	Каша молочная геркулесовая с маслом	Калорийность-273	34-27
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-95	16-22
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-637	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
250	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-409	103-38
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
22	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-52	1-81
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-630	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	36-85
250	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-409	103-38
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	21-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-799	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
250	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-409	103-38
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
22	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-52	1-81
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-630	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	31-46
235	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-349	77-99
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-67
55	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-131	4-86
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-665	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
130	Яблоко свежее	Калорийность-59	19-73
100	Шаньга домашняя с картофелем (о. ч.)	Калорийность-258	29-39
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-393	81-48
<u>(2 смена) Обед 1-4 классы</u>			
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	31-46
235	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-349	77-99
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	21-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-746	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/15/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-269	58-15
250	Каши молочная геркулесовая с маслом 250	Калорийность-273	34-27
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-95	16-22
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч.)	Калорийность-127	31-46
235	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-349	77-99
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	21-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 383	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

250	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-409	103-38
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
22	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-52	1-81
260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	36-85
300/45	Макароны с соусом Болоньезе./Огурец свежий 300/45	Калорийность-540	110-70
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	21-86
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-1 752	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

260	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-144	36-85
250	Плов из булгура с филе индейки, куркумой	Калорийность-409	103-38
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	21-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-799	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____