

Резникова С. В.

МАОУ СОШ
№ 157

Меню Приятного аппетита!

15.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	11-94
235/25	Плов из филе индейки/Огурец свежий 235/25	Калорийность-469	93-06
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-617 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-36
180/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	51-99
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-67
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-599 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч)	Калорийность-101	21-69
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-36
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	58-52
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-853 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-36
180/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-163	51-99
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-67
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-599 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	17-58
80/20	Биточек из филе кури и свинины с красным соусом 80/20	Калорийность-192	54-53
150	Картофельное пюре (о.ч)	Калорийность-141	38-68
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
32	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-76	2-78
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-594 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
100	Яблоки печеные	Калорийность-97	18-73
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-67
100	Сметанник	Калорийность-459	58-08
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-614 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	17-58
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-258	62-42
150	Картофельное пюре (о.ч)	Калорийность-141	38-68
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-790	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/30	Бутерброд с джемом на батоне	Калорийность-97	11-94
235/25	Плов из филе индейки/Огурец свежий	Калорийность-469	93-06
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-84	17-58
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-258	62-42
150	Картофельное пюре (о.ч)	Калорийность-141	38-68
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-1 407	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-36
180/15	Картофельное пюре/Помидор свежий (о.ч)	Калорийность-163	51-99
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-67
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч)	Калорийность-101	21-69
100	Зразы "Школьные" из филе кури	Калорийность-209	80-00
180/50	Рис "Золотистый"/Огурец свежий	Калорийность-262	45-99
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-1 503	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (о. ч)	Калорийность-101	21-69
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-36
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий (о.ч)	Калорийность-163	58-52
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-853	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____