



Меню

Приятного аппетита!

21.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	47-05
200	Каша молочная пшеничная с маслом 200	Калорийность-261	30-41
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	22-77
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-722 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/35	Калорийность-354	29-61
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
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-748 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о. ч)	Калорийность-91	19-48
75/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 125	Калорийность-265	120-29
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	21-19
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-1 047 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/35	Калорийность-354	29-61
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
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-748 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.).	Калорийность-75	15-93
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
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-71
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-676 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	37-80
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
75	Пирожки" Сладенькие"	Калорийность-248	37-61
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-456 81-80

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.).	Калорийность-75	15-93
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
150/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/35	Калорийность-297	28-14
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-981	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	47-05
200	Каша молочная пшеница с маслом 200	Калорийность-261	30-41
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	22-77
200	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.).	Калорийность-75	15-93
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
150/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/35	Калорийность-297	28-14
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-1 704	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-11
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/35	Калорийность-354	29-61
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.)	Калорийность-91	19-48
100	Котлета "Пожарская" 100	Калорийность-266	98-28
180/35	Картофель запеченный/Помидор свежий 180/35* (о.ч.)	Калорийность-185	60-42
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-43
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 500	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о.ч.)	Калорийность-91	19-48
75/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 125	Калорийность-265	120-29
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	21-19
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 047	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____