

Федотова О.В.



Меню Приятного аппетита!

23.04.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
130	Омлет натуральный	Калорийность-246	54-28
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
30	Вафли (весовые)	Калорийность-142	11-05
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	33-12
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-646	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/30	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/30	Калорийность-259	33-96
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
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-569	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	Калорийность-125	26-76
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/40	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/40	Калорийность-260	39-42
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	25-30
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-981	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/30	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/30	Калорийность-259	33-96
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
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-569	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	21-65
80	Колбаски "Витаминные." (о.ч)	Калорийность-93	66-67
150/10	Рис "Золотистый"/Кукуруза конс. (150/10)	Калорийность-220	22-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-72
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-589	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-162	26-68
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-50
100	Манник "Тигренок"	Калорийность-383	33-30
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-642	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	21-65
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-87
150/15	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/15)	Калорийность-216	24-33
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	25-30
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-855	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

130	Омлет натуральный	Калорийность-246	54-28
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
30	Вафли (весовые)	Калорийность-142	11-05
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	33-12
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	21-65
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-87
150/15	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/15)	Калорийность-216	24-33
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	25-30
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-77
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 493	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/30	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/30	Калорийность-259	33-96
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-39
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Рассольник ленинградский со сметаной(о. ч)	Калорийность-125	26-76
120	Филе куриное "Аппетитное"	Калорийность-240	105-77
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/40	Калорийность-358	31-68
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
30	Вафли (весовые)	Калорийность-142	11-05
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-1 701	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Рассольник ленинградский со сметаной(о. ч)	Калорийность-125	26-76
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/40	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/40	Калорийность-260	39-42
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	25-30
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-981	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____