



Меню Приятного аппетита!

05.05.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/10/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-232	50-52
200	Каша молочная пшеничная с маслом 200	Калорийность-261	29-98
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-677	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-18
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/35	Калорийность-342	29-54
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-736	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	119-87
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
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-1 135	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-18
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/35	Калорийность-342	29-54
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-736	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	86-18
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	9-59
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	3-64
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-673	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-162	27-18
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
90	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-309	45-10
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-553	81-48

(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	86-18
150/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/35	Калорийность-302	28-07
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

162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-232	50-52
200	Каша молочная пшеничная с маслом 200	Калорийность-261	29-98
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	19-73
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	86-18
150/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/35	Калорийность-302	28-07
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)

271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-18
180/35	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/35	Калорийность-342	30-32
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	99-01
180/40	Картофель запеченный/Огурец свежий 180/40* (о.ч.)	Калорийность-185	58-03
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-31

Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

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	119-87
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
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)

192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____