

Федина Л. В.



Меню Приятного аппетита!

06.05.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
90	Тефтели из филе курицы и свинины 90	Калорийность-240	54-38
150/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/15 (о.ч.)	Калорийность-153	43-85
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-61
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-533	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	22-31
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
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-679	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч)	Калорийность-181	22-47
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	22-12
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	34-78
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-1 015	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	22-31
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
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-679	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	18-26
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	81-81
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-61
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-664	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
100	Яблоки печеные	Калорийность-97	18-00
75	Ватрушка "Лакомка"	Калорийность-296	51-22
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-514	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	18-26
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	30-33
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-831	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

90	Тефтели из филе кури и свинины 90	Калорийность-240	54-38
150/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/15 (о.ч.)	Калорийность-153	43-85
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-61
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	18-26
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	30-33
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 364	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	22-31
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч)	Калорийность-181	22-47
100	Зразы "Школьные"из говядины	Калорийность-247	83-80
180/40	Рагу из овощей/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-117	46-87
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	25-30
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-54
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 600	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками (о.ч)	Калорийность-181	22-47
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-18
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	22-12
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	10-86
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	34-78
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-1 015	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____