



Фазикова А.А.

Меню Приятного аппетита!

07.05.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
130/30	Омлет натуральный/Зеленый горошек	Калорийность-258	67-29
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-93
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Батон витаминизированный "	Калорийность-86	3-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-562	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/30	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/30	Калорийность-252	34-71
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-75
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-592	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Рассольник ленинградский со сметаной(о. ч)	Калорийность-125	26-39
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/40	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/40	Калорийность-252	39-79
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-973	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/30	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/30	Калорийность-252	34-71
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-75
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-592	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	21-36
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-09
150	Рис "Золотистый".	Калорийность-196	16-23
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-546	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	38-72
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-50
75	Булочка ванильная	Калорийность-247	21-26
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-499	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	21-36
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-87
150/30	Рис "Золотистый"/Помидор свежий (150/30)	Калорийность-209	30-92
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
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-872 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

130/30	Омлет натуральный/Зеленый горошек	Калорийность-258	67-29
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
15	Печенье (вес)	Калорийность-68	4-93
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	3-80
200	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (о. ч)	Калорийность-102	21-36
90	Колбаски "Витаминные" (о.ч) 90	Калорийность-126	75-87
150/30	Рис "Золотистый"/Помидор свежий (150/30)	Калорийность-209	30-92
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
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-1 426 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/30	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/30	Калорийность-252	34-71
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-75
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-151	31-19
250	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	Калорийность-125	26-39
120	Филе куриное "Аппетитное"	Калорийность-240	105-04
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	12-64
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
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-1 724 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	Калорийность-125	26-39
100	Колбаски "Витаминные" (о.ч)	Калорийность-136	83-78
180/40	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/40	Калорийность-252	39-79
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-973 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____