



Меню Приятного аппетита!

14.05.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	51-39
180	Макароны с сыром	Калорийность-255	44-31
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-61
50	Батон витаминизированный	Калорийность-131	6-33
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-597	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-74
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-83
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	21-92
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-718	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	35-45
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-74
180/40	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/40	Калорийность-219	42-77
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-1 063	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-74
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-83
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	21-92
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-718	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	31-37
70/20	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины с красным соусом 70/20	Калорийность-166	53-74
170	Булгур с овощами	Калорийность-219	22-48
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-61
35	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-83	3-01
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-697	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-162	27-18
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	20-00
100	Лепешка с сыром "по-Уральски"	Калорийность-382	34-30
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-641	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	31-37
90	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 90	Калорийность-223	66-34
150/20	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/20	Калорийность-184	30-44
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-968

162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	51-39
180	Макароны с сыром	Калорийность-255	44-31
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-61
50	Батон витаминизированный	Калорийность-131	6-33
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-126	31-37
90	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 90	Калорийность-223	66-34
150/20	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/20	Калорийность-184	30-44
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-1 565

271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-74
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	23-83
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	21-92
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	35-45
250	Жаркое по-домашнему с говядиной (о. ч.)	Калорийность-330	125-25
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) Калорийность-1 553

321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-142	35-45
100	Котлета "Ассорти" из филе кури, индейки и свинины 100	Калорийность-242	71-74
180/40	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/40	Калорийность-219	42-77
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-1 063

192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____