



Меню Приятного аппетита!

19.05.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	---------------------	-------------------------------

Завтрак 1-4 классы

15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	47-48
200	Каша молочная питательная с маслом 200	Калорийность-261	29-98
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	22-77
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-677	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-18
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	29-54
200	Чай с шиповником и сахаром	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-750	128-56

Обед 5-11 классы

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	120-36
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	19-34
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-1 096	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-18
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	29-54
200	Чай с шиповником и сахаром	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-750	128-56

Обед для групп продленного дня

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	10-59
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-64
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-64
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-673	118-98

Полдник для групп продленного дня

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
150/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/50	Калорийность-299	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		Калорийность-983	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	47-48
200	Каша молочная пшеничная с маслом 200	Калорийность-261	29-98
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-41
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	22-77
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
150/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/50	Калорийность-299	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)		Калорийность-1 706	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе индейки тушеное в сметанном соусе 100	Калорийность-205	86-18
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	29-54
200	Чай с шиповником и сахаром	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	Комплета "Пожарская" 100	Калорийность-266	99-01
180/35	Картофель запеченный/Помидор свежий 180/35* (о. ч)	Калорийность-185	61-46
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 455	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	120-36
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	19-34
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	18-11
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-1 096	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____