

Утверждаю директор МАОУ СОШ №157
Резникова А.Ю.



Меню Приятного аппетита!

04.09.2025

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

Завтрак 1-4 классы

100	Тефтели из говядины и свинины 100	Калорийность-265	70-02
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/20	Калорийность-198	17-33
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	13-29
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00

Итого за Завтрак 1-4 классы Калорийность-682

108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/40	Калорийность-354	21-75
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый) Калорийность-774

128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-143	38-93
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	13-02
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66

Итого за Обед 5-11 классы Калорийность-1 090

192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/40	Калорийность-354	21-75
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 5-11 классы (№2) Калорийность-774

128-56

Обед для групп продленного дня

200	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной (о. ч.)	Калорийность-83	19-93
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-30
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-59
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	7-18
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	2-22

Итого за Обед для групп продленного дня Калорийность-724

118-98

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-83	34-03
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/20	Калорийность-298	15-63
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-856	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100	Тефтели из говядины и свинины 100	Калорийность-265	70-02
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/20	Калорийность-198	17-33
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	13-29
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-83	34-03
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/20	Калорийность-298	15-63
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 538	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/40	Калорийность-354	21-75
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-143	38-93
100	Тефтели из говядины и свинины 100	Калорийность-265	70-02
180	Картофель отварной (о. ч)	Калорийность-181	41-67
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 714	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-143	38-93
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-67
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-349	13-02
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 090	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____