



Меню Приятного аппетита!

12.09.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	36-80
200	Каша молочная "Ассорти" (рис, кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	29-57
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-620 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины 100	Калорийность-247	75-23
180/40	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/40	Калорийность-219	33-24
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-674 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	25-86
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины 100	Калорийность-247	75-23
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/50	Калорийность-219	35-47
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
180	Апельсин свежий	Калорийность-72	43-47
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-870 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины 100	Калорийность-247	75-23
180/40	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/40	Калорийность-219	33-24
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-674 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	19-52
90	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины 90	Калорийность-218	67-56
150	Булгур с овощами	Калорийность-167	20-32
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	7-18
48	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-114	4-40
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-642 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
180	Апельсин свежий	Калорийность-92	43-47
75	Пирожок печеный с картофелем (о ч)	Калорийность-205	12-62
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-396 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	19-52
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	75-23
150/50	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/50	Калорийность-184	31-22
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-60
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-831	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	36-80
200	Каша молочная "Ассорти"(рис,кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	29-57
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	19-52
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	75-23
150/50	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/50	Калорийность-184	31-22
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-60
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 415	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	75-23
180/40	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/40	Калорийность-219	33-24
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	25-86
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	97-69
150	Рис "Золотистый".	Калорийность-196	13-01
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
180	Апельсин свежий	Калорийность-72	43-47
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 544	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	25-86
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	75-23
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/50	Калорийность-219	35-47
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
180	Апельсин свежий	Калорийность-72	43-47
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-870	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____