

Резникова С.Ю.



Меню Приятного аппетита!

15.09.2025

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

Завтрак 1-4 классы

20/50	Бутерброд с сыром (батон)	Калорийность-201	37-74
200	Каши молочная рисовая с маслом и отрубями	Калорийность-255	34-70
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-647	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-236	19-09
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-638	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Суп из овощей со сметаной, курой(о.ч.)	Калорийность-99	38-02
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-236	19-09
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
180	Апельсин свежий	Калорийность-92	44-92
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-814	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-236	19-09
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-638	128-56

Полдник для групп продленного дня

150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	35-02
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
75	Ватрушка с лимоном	Калорийность-150	21-07
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-404	81-48

Обед для групп продленного дня

210	Суп из овощей со сметаной, курой(о.ч.)	Калорийность-127	33-12
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	54-41
150/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-221	19-56
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-29
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-635	118-98

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Суп из овощей со сметаной, курой(о.ч.)	Калорийность-127	33-12
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-198	16-56
150/20			
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-753	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/50	Бутерброд с сыром (батон)	Калорийность-201	37-74
200	Каша молочная рисовая с маслом и отрубями	Калорийность-255	34-70
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
100	Нектарины свежие	Калорийность-123	27-60
210	Суп из овощей со сметаной, курой(о.ч.)	Калорийность-127	33-12
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-198	16-56
150/20			
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 400	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-236	19-09
180/20			
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой(о.ч.)	Калорийность-99	38-02
100	Биточек из филе кури и свинины	Калорийность-241	68-35
180	Картофель отварной (о. ч)	Калорийность-181	41-05
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
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-1 523	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп из овощей со сметаной, курой(о.ч.)	Калорийность-99	38-02
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	72-99
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-236	19-09
180/20			
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
180	Апельсин свежий"	Калорийность-92	44-92
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-814	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____