

Резникова В.В.



Меню Приятного аппетита!

16.09.2025

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

Завтрак 1-4 классы

200/40	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/40)	Калорийность-240	78-34
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	7-18
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	16-45
50	Батон витаминизированный	Калорийность-131	6-67
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-544	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-24
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	53-18
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-616	128-56

Обед 5-11 классы

250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-24
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	53-18
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-805	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-24
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	53-18
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-616	128-56

Обед для групп продленного дня

200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-53
90	Ежики из свинины 90	Калорийность-300	53-63
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-03
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
35	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-83	3-18
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-787	118-98

Полдник для групп продленного дня

100	Яблоки печеные	Калорийность-97	24-95
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
75	Шаньга домашняя с картофелем (о. ч.)	Калорийность-172	20-79
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-345	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-53
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	65-47
150/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/15 (о.ч.)	Калорийность-153	37-97
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-737	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200/40	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/40)	Калорийность-240	78-34
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	7-18
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	16-45
50	Батон витаминизированный	Калорийность-131	6-67
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-53
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	65-47
150/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/15 (о.ч.)	Калорийность-153	37-97
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 280	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-24
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч.)	Калорийность-163	53-18
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	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Гуляш из говядины 100	Калорийность-172	96-19
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	24-16
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-60
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 349	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-24
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч.)	Калорийность-163	53-18
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-805	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____