



Меню Приятного аппетита!

26.09.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	35-97
200	Каши молочная "Ассорти" (рис, кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	30-40
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	Калорийность-247	75-23
180/40	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/40	Калорийность-219	34-13
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
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-650 128-56
<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	Калорийность-247	75-23
180/30	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/30	Калорийность-219	31-06
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
180	Апельсин свежий	Калорийность-92	43-47
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-919 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	75-23
180/40	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/40	Калорийность-219	34-13
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
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-650 128-56
<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	Калорийность-218	67-56
150/15	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/15	Калорийность-184	23-80
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-72
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-665 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Апельсин свежий	Калорийность-60	36-23
100	Пирожок печеный с курагой	Калорийность-293	19-86
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-453 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о ч)	Калорийность-90	19-52
90	Фрикадельки мясные из филе курицы и свинины	Калорийность-218	67-56
150/40	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/40	Калорийность-184	30-82
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	27-83
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-894
162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	35-97
200	Каша молочная "Ассорти"(рис,кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	30-40
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
90	Фрикадельки мясные из филе курицы и свинины	Калорийность-218	67-56
150/40	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/40	Калорийность-184	30-82
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	27-83
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-1 513
271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Фрикадельки мясные из филе курицы и свинины	Калорийность-247	75-23
180/40	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/40	Калорийность-219	34-13
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	25-86
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	98-63
180/30	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/30	Калорийность-259	22-41
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
45	Маффин ягодный 45гр	Калорийность-193	27-83
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-1 758
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 курицы и свинины	Калорийность-247	75-23
180/30	Булгур с овощами /Помидор свежий 180/30	Калорийность-219	31-06
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
180	Апельсин свежий	Калорийность-92	43-47
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-919
192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____