

Резникова Г.И.

Меню Приятного аппетита!

30.09.2025

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

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/50	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/50)	Калорийность-240	88-65
200	Чай без сахара		1-57
50	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-124	4-43
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-364	94-65

Завтрак 1-4 классы

200/20	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/20)	Калорийность-240	81-26
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-83
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-55
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-569	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-64
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	53-70
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-592	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	67-64
180/45	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/45 (о.ч)	Калорийность-163	51-89
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
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-830	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-64
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	53-70
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-592	128-56

(II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	33-91
150/20	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (150/20)	Калорийность-191	60-06
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-83
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/г)	Калорийность-253	65-83
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	37-54
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	14-38
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 060	271-59

Обед для групп продленного дня

200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
80	Ежики из свинины 80	Калорийность-316	46-57
150	Булгур рассыпчатый	Калорийность-208	16-45
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-777	118-98

Полдник для групп продленного дня

100	Яблоки печеные	Калорийность-97	24-95
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
100	Пирожок печеный с яблоками	Калорийность-288	20-79
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-461	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/г)	Калорийность-253	65-83
150/20	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/20 (о.ч.)	Калорийность-154	38-47
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-713	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200/20	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/20)	Калорийность-240	81-26
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-83
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-55
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/г)	Калорийность-253	65-83
150/20	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/20 (о.ч.)	Калорийность-154	38-47
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 282	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	67-64
180/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-163	53-70
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
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	93-01
180/15	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/15	Калорийность-219	28-33
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
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)			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	67-64
180/45	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/45 (о.ч)	Калорийность-163	51-89
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
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)			192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	15-19
180	Картофель запеченный	Калорийность-174	32-41
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-60
200	Апельсин свежий	Калорийность-80	49-68
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____