

Резникова Г.В.



Меню Приятного аппетита!

02.10.2025

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

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

15/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	27-64
235/20	Капуста тушеная со свининой/Огурец свежий	Калорийность-277	79-43
200	Чай без сахара		1-57
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-460	108-64

Завтрак 1-4 классы

10/30	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-173	22-77
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	64-24
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-198	18-02
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-673	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/40	Калорийность-358	22-36
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-754	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-143	38-99
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-09
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	31-74
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-971	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/40	Калорийность-358	22-36
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-754	128-56

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

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	15-19
200/20	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным/Огурец свеж	Калорийность-283	81-25
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
30	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-5	43-12
200	Борщ с морской капустой и картофелем (о. ч.)	Калорийность-83	17-74
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	75-05
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/20	Калорийность-298	15-37
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-937	271-59

Обед для групп продленного дня

200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-83	34-09
90	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины 90	Калорийность-218	67-56
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/20	Калорийность-298	15-26
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
33	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-79	3-00
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-809	130-88

Полдник для групп продленного дня

100	Салат "Бурячок" (о. ч)	Калорийность-163	34-57
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-67
90	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-309	46-39
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-564	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-83	34-09
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/20	Калорийность-298	15-26
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-856	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

10/30	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-173	22-77
100	Тефтели "Русские" из филе кури и свинины	Калорийность-250	64-24
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/20	Калорийность-198	18-02
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-83	34-09
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
150/20	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/20	Калорийность-298	15-26
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 529	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
180/40	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/40	Калорийность-358	22-36
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
250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-143	38-99
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	64-24
200	Картофель отварной" (о.ч)	Калорийность-204	45-91
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	31-74
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 604	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-143	38-99
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	98-98
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-09
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	31-74
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-971	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	64-24
150/45	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/45	Калорийность-209	25-13
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-67
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-60
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-641	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____