



Меню Приятного аппетита!

06.10.2025

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

Завтрак 1-4 классы

20/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-276	57-11
250	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-94
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-669	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
180/50	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/50	Калорийность-266	33-04
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
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-586	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-31
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
180/40	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/40	Калорийность-266	30-38
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
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-948	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
180/50	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/50	Калорийность-266	33-04
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
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-586	128-56

Обед для групп продленного дня

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	39-47
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-43
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-626	130-88

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

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	15-19
200/40	Макаронные изделия безглютеновые		
	отварные с маслом растительным/Огурец свежий	Калорийность-283	86-17
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	28-75
200	Рассольник домашний (о. ч)	Калорийность-87	29-58
50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	61-47
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-942	271-59

Полдник для групп продленного дня

150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	35-02
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-79
100	Манник с маком	Калорийность-403	47-82
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-611	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	39-47
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
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-833	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-276	57-11
250	Каша молочная пшеница с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-94
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	39-47
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
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-1 501	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
180/50	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/50	Калорийность-266	33-04
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-31
100	Котлета из филе индейки 100	Калорийность-231	85-82
180	Рагу из овощей (о.ч)	Калорийность-127	24-54
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 392	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-31
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	77-32
180/40	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/40	Калорийность-266	30-38
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
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-948	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

20/30	Бутерброд с джемом на хлебе	Калорийность-84	16-10
80	Салат из помидоров и огурцов	Калорийность-106	20-42
150	Каша пшенная вязкая с маслом растительным.	Калорийность-161	5-37
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
210	Апельсин свежий"	Калорийность-84	52-16
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-497	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	34-92
200	Каша молочная геркулесовая с маслом растительным без сахара	Калорийность-202	20-08
200	Чай без сахара		1-48
210	Апельсин свежий"	Калорийность-84	52-16
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-470	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____