

Резникова В.Ю.



Меню Приятного аппетита!

14.10.2025

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

Завтрак 1-4 классы

200	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	82-43
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-75
60	Печенье (вес)	Калорийность-143	17-46
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	4-00
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-514	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-69
100	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-163	50-93
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-641	128-56

Обед 5-11 классы

250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-69
180/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-163	50-84
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	Калорийность-280	68-69
180/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-163	50-93
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-641	128-56

Обед для групп продленного дня

200	Суп картофельный со сметаной (о.ч)	Калорийность-107	20-11
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	66-88
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-141	35-84
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-673	130-88

Полдник для групп продленного дня

100	Мандарины свежие"	Калорийность-40	29-28
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
75	Булочка ванильная глазированная	Калорийность-254	24-61
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-370	89-63

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебце	Калорийность-191	25-66
150	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-191	60-24
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-75
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	66-88
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-141	35-84
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 109	271-59

(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/з)	Калорийность-253	66-88
150/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/15 (о.ч.)	Калорийность-153	37-42
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	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	82-43
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-75
60	Печенье (вес)	Калорийность-143	17-46
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	4-00
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	66-88
150/15	Картофельное пюре/Помидор свежий 150/15 (о.ч.)	Калорийность-153	37-42
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-1 227	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-69
180/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч.)	Калорийность-163	50-17
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Гуляш из говядины 100	Калорийность-172	96-13
180	Булгур с овощами	Калорийность-201	24-16
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 Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 400	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	Калорийность-280	68-69
180/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-163	50-84
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)			Калорийность-830 192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
180	Картофель запеченный	Калорийность-174	31-94
200	Чай с сахаром и лимоном.	Калорийность-52	4-75
200	Апельсин свежий"	Калорийность-80	49-68
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-60
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-488 108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/50	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/50)	Калорийность-240	99-45
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	4-76
50	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-124	4-43
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-367 108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____