

Резниченко В.Ю.



Меню Приятного аппетита!

15.10.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
10/30	Бутерброд с сыром (батон).	Калорийность-134	20-66
125	Творожок в индивидуальной упаковке	Калорийность-394	55-66
200	Каша молочная ячневая с маслом 200	Калорийность-235	28-80
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-813 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-25
180/50	Рис припущенный/Огурец свежий 180/50	Калорийность-249	31-26
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 Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-650 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (о. ч)	Калорийность-115	17-94
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	106-33
180/30	Рис припущенный/Огурец свежий 180/30	Калорийность-249	25-73
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-861 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-25
180/50	Рис припущенный/Огурец свежий 180/50	Калорийность-249	31-26
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 Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-650 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп картофельный с макаронными изделиями (о ч)	Калорийность-99	14-21
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-25
150	Рис припущенный	Калорийность-195	13-07
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-33
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-661 130-88

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

100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	30-38
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	28-75
200	Суп картофельный (о.ч)	Калорийность-70	17-39
100	Кура отварная* (п/ф)	Калорийность-164	89-25
150/30	Рис припущенный/Огурец свежий 150/30	Калорийность-174	22-80
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	28-75
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-903	242-00

Полдник для групп продленного дня

200	Компот из кураги	Калорийность-121	11-89
100	Шаньга домашняя с картофелем (о. ч.)	Калорийность-258	28-06
200	Апельсин свежий"	Калорийность-102	49-68
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-481	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп картофельный с макаронными изделиями (о ч)	Калорийность-99	14-21
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-25
150	Рис припущенный	Калорийность-195	13-07
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-846	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

10/30	Бутерброд с сыром (батон).	Калорийность-134	20-66
125	Творожок в индивидуальной упаковке	Калорийность-394	55-66
200	Каша молочная ячневая с маслом 200	Калорийность-235	28-80
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
200	Суп картофельный с макаронными изделиями (о ч)	Калорийность-99	14-21
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-25
150	Рис припущенный	Калорийность-195	13-07
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
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-1 659	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-25
180/50	Рис припущенный/Огурец свежий 180/50	Калорийность-249	31-26
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
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (о. ч)	Калорийность-115	17-94
250	Жаркое по-домашнему с индейкой	Калорийность-295	107-78
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
200	Апельсин свежий"	Калорийность-80	49-68
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-1 365	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Суп картофельный с макаронными изделиями (о. ч)	Калорийность-115	17-94
120	Кура запеченная 120	Калорийность-271	106-33
180/30	Рис припущенный/Огурец свежий 180/30	Калорийность-249	25-73
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-861	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Салат "Витаминный" из белокочанной капусты с яблоками (о.ч)	Калорийность-137	17-09
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	76-60
150	Каша ячневая вязкая с маслом растительным	Калорийность-175	5-91
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-52
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-568	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	35-45
40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
200	Каша молочная гречневая с маслом растительным без сахара	Калорийность-280	21-78
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	4-76
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-628	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____