

Резникова В. Ю.



Меню Приятного аппетита!

16.10.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
90	Тефтели из свинины 90	Калорийность-299	56-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	30-05
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
Итого за Завтрак 1-4 классы			108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180/25	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/25	Калорийность-355	18-83
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)			128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 250/10	Калорийность-146	42-74
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-43
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
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 Обед 5-11 классы			192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180/25	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/25	Калорийность-355	18-83
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)			128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-15
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	76-60
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-39
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
35	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-83	3-22
Итого за Обед для групп продленного дня			130-88

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

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
200/40	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным/Огурец свежий	Калорийность-283	89-81
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	14-38
200	Борщ с морской капустой и картофелем	Калорийность-76	20-79
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	76-60
150/15	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 150/15	Калорийность-298	14-17
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	14-38
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-930	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-27
100	Коврижка ванильная	Калорийность-408	46-48
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-611	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-15
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-39
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-849	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

90	Тефтели из свинины 90	Калорийность-299	56-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	30-05
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-15
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-39
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 577	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180/25	Каши гречневая рассыпчатая/Помидор свежий 180/25	Калорийность-355	18-83
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
250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 250/10	Калорийность-146	42-74
100	Тефтели из филе кури и свинины 100	Калорийность-251	62-54
180/25	Картофель отварной/Огурец свежий 180/25 (о.ч.)	Калорийность-181	49-76
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
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 Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 688 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 250/10	Калорийность-146	42-74
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180	Каши гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-43
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
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 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 032 192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

90	Тефтели из свинины 90	Калорийность-299	54-81
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	29-29
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-60
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-689 103-29

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	30-38
235	Капуста тушеная со свининой	Калорийность-277	73-24
200	Чай без сахара		1-48
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-54
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-510 108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____