

Резникова С.Ю.



Меню Приятного аппетита!

20.10.2025

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	80-85
180/50	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий	Калорийность-266	27-70
180/50			
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
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-635	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-25
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/30	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий	Калорийность-266	21-11
180/30			
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
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 Обед 5-11 классы		Калорийность-939	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/50	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий	Калорийность-266	27-70
180/50			
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
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-635	128-56

Обед для групп продленного дня

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	39-80
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-635	135-15

(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	90-57
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	6-79
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	14-38
200	Рассольник домашний (о. ч)	Калорийность-87	29-52
50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	66-30
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
100	Яблоко свежее	Калорийность-90	19-32
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	14-38
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-917	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-95	17-44
100	Шаньга с сыром	Калорийность-339	43-21
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-533	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	39-80
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
100	Яблоко свежее	Калорийность-90	19-32
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-815	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

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
200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	39-80
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
100	Яблоко свежее	Калорийность-90	19-32
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-1 483	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/50	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/50	Калорийность-266	27-70
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-25
100	Котлета из филе индейки 100	Калорийность-231	87-71
180	Рагу из овощей (о.ч)	Калорийность-127	24-54
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 368	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-25
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/30	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/30	Калорийность-266	21-11
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
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 5-11 классы (базовый)		Калорийность-939	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

18/30	Бутерброд с джемом на батоне (18/30)	Калорийность-97	17-21
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	30-38
150	Каша пшениная вязкая с маслом растительным.	Калорийность-161	5-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
210	Апельсин свежий"	Калорийность-84	52-16
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-527	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 - _____