

Резникова Н.В.



Меню Приятного аппетита!

05.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
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
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/45	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/45	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
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-635	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-40
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/20	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/20	Калорийность-266	18-06
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
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-949	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/45	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/45	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
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-635	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	40-24
40/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 90	Калорийность-147	67-21
150/20	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий	Калорийность-206	16-30
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-655	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	92-46
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	14-38
200	Рассольник домашний (о. ч)	Калорийность-87	29-52
50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	65-00
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-14
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-864	266-73

Полдник для групп продленного дня

200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
100	Шаньга с сыром	Калорийность-339	43-16
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-510	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	40-24
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-70
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	40-24
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-70
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
180/45	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий	Калорийность-266	27-09
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	46-40
100	Котлета из филе индейки 100	Калорийность-231	90-20
180	Рагу из овощей (о.ч)	Калорийность-127	24-54
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
100	Яблоко свежее	Калорийность-90	19-32
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 422	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-40
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/20	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий	Калорийность-266	18-06
180/20			
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
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)			192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

18/30	Бутерброд с джемом на батоне (18/30)	Калорийность-97	20-00
80	Салат из свежих огурцов*	Калорийность-133	26-25
150	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным.	Калорийность-161	5-37
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
210	Апельсин свежий"	Калорийность-107	52-16
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			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-107	52-16
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____