

Резникова С.С.



Меню Приятного аппетита!

11.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	82-56
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-55
50	Батон витаминизированный	Калорийность-131	6-67
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-542 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-69
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20	Калорийность-168	48-25
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
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-623 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-69
180/30	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/30 (о. ч.)	Калорийность-163	51-73
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-805 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	68-69
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20	Калорийность-168	48-25
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
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-623 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/г)	Калорийность-253	66-88
150	Рис припущенный	Калорийность-195	9-05
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-678 130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-74
150	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-191	60-24
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/г)	Калорийность-253	66-88
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-141	35-84
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 038	271-59

Полдник для групп продленного дня

100	Манник	Калорийность-382	32-19
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
210	Апельсин свежий"	Калорийность-84	52-58
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-518	89-63

(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/г)	Калорийность-253	66-88
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	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-721	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	82-56
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-55
50	Батон витаминизированный	Калорийность-131	6-67
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	49-59
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/г)	Калорийность-253	66-88
160	Картофельное пюре**160	Калорийность-162	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-1 264	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	68-69
180/20	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/20	Калорийность-168	48-25
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	62-44
100	Гуляш из говядины100	Калорийность-172	96-49
180	Булгур с овощами	Калорийность-217	24-85
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 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 350	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
100			
180/30	Картофельное пюре/Огурец свежий 180/30 (о. ч.)	Калорийность-163	51-73
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-805	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
180	Картофель запеченный	Калорийность-174	30-77
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
210	Апельсин свежий	Калорийность-84	52-58
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-444	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/50	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/50)	Калорийность-240	101-85
200	Чай без сахара		1-48
60	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-149	5-31
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-389	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____