

Резникова А.Ю.



Меню Приятного аппетита!

13.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
100	Тефтели из свинины 100	Калорийность-336	61-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/50	Калорийность-209	32-55
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-755	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	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)		Калорийность-729	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	12-55
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
110	Яблоко свежее	Калорийность-99	21-25
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-1 072	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	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)		Калорийность-729	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-13
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	77-98
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-41
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-680	130-88

(Ц) 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	91-68
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
200	Борщ с морской капустой и картофелем	Калорийность-76	20-78
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	76-60
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-41
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	15-33
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-903	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
170	Банан *	Калорийность-71	39-63
75	Манник с маком	Калорийность-270	37-74
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-463	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-13
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-41
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)

100	Тефтели из свинины 100	Калорийность-336	61-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/50	Калорийность-209	32-55
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-13
50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	10-41
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-1 605	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки 100	Калорийность-248	101-68
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	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	62-50
180/30	Картофель отварной/Помидор свежий 180/30 (о.ч.)	Калорийность-181	53-54
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
110	Яблоко свежее	Калорийность-99	21-25
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-1 586	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	12-55
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
110	Яблоко свежее	Калорийность-99	21-25
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-1 072	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Тефтели из свинины 100	Калорийность-336	61-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/50	Калорийность-209	32-53
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-52
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-741	106-14

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

100	Салат из свежих помидоров и огурцов (р.л)	Калорийность-137	33-16
235	Капуста тушеная со свининой	Калорийность-277	72-23
200	Чай без сахара		1-48
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-463	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____