

Резникова Г.Ю.



Меню

Приятного аппетита!

14.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	49-24
250	Каши молочная "Ассорти" (рис, греча) с маслом 250	Калорийность-313	37-90
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-50
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-668	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
180/15	Капуста тушеная/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-115	33-11
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
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-449	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	22-23
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
180/50	Капуста тушеная/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-118	46-98
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-809	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
180/15	Капуста тушеная/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-115	33-11
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
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-449	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками 200/10	Калорийность-90	18-64
90	Котлета из филе кури 90	Калорийность-131	70-08
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-15
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 Обед для групп продленного дня		Калорийность-517	130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-86
200	Каша молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом 200	Калорийность-280	32-17
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
200	Суп картофельный с горохом 200	Калорийность-112	11-91
90	Котлета из филе кури (без глютена)	Калорийность-120	89-84
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-15
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 017	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
90	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-309	53-89
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-385	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч)	Калорийность-118	18-09
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-15
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-725	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	49-24
250	Каша молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом 250	Калорийность-313	37-90
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-50
200/10	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч)	Калорийность-118	18-09
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-15
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-1 393	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
180/15	Капуста тушеная/Помидор свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-115	33-11
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп-пюре гороховый с гречками 250/10	Калорийность-147	22-23
100	Шницель из говядины 100	Калорийность-206	91-45
180/50	Рис "Золотистый"/Огурец свежий 180/50	Калорийность-262	33-30
200	Компот из кураги	Калорийность-121	12-26
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-1 540	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	22-23
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-151	76-33
180/50	Капуста тушеная/Помидор свежий 180/50 (о.ч)	Калорийность-118	46-98
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-809	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	65-44
180	Каша рисовая вязкая	Калорийность-161	9-34
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	7-09
110	Яблоко свежее	Калорийность-99	21-25
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-52

Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-518 108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	34-89
150/50	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/50	Калорийность-193	40-39
200	Чай без сахара		1-48
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88

Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-486 108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____