



Меню
Приятного аппетита!

20.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	---------------------	-------------------------------

Завтрак 1-4 классы

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
110/25	Омлет натуральный /Огурец свежий 110/25	Калорийность-164	49-13
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-34
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-478 108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-00
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	35-17
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
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-618 128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 250/10	Калорийность-168	44-71
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-00
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/15	Калорийность-262	20-16
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
80	Булочка Посадская с повидлом (хл/з)	Калорийность-179	29-44
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-927 192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-00
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	35-17
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
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-618 128-56

Обед для групп продленного дня

210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-145	34-49
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	59-92
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-216	28-42
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 Обед для групп продленного дня			Калорийность-667 130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-86
110/25	Омлет натуральный /Огурец свежий 110/25	Калорийность-164	49-13
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
200	Рассольник домашний (о. ч)	Калорийность-87	29-52
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	82-49
150	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным	Калорийность-211	53-22
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-768	268-07

Полдник для групп продленного дня

200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-02
80	Печенье (вес)	Калорийность-190	25-45
210	Апельсин свежий"	Калорийность-84	52-16
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-353	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-145	34-49
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	59-92
150/20	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/20	Калорийность-214	20-99
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
80	Булочка Посадская с повидлом (хл/з)	Калорийность-179	29-44
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-905	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
110/25	Омлет натуральный /Огурец свежий 110/25	Калорийность-164	49-13
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-34
210	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-145	34-49
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	59-92
150/20	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/20	Калорийность-214	20-99
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
80	Булочка Посадская с повидлом (хл/з)	Калорийность-179	29-44
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 384	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-00
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	35-17
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Рассольник"Ленинградский" со сметаной, курой 250/10	Калорийность-168	44-71
100	Тефтели из филе кури и свинины 100	Калорийность-251	62-06
180	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-141	26-71
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
80	Булочка Посадская с повидлом (хл/з)	Калорийность-179	29-44
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 578	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 250/10	Калорийность-168	44-71
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-00
180/15	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/15	Калорийность-262	20-16
200	Напиток "Здоровье" из яблок и вишни	Калорийность-87	12-69
80	Булочка Посадская с повидлом (хл/з)	Калорийность-179	29-44
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-927	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
180	Картофель отварной с растительным маслом (о. ч.)	Калорийность-184	31-19
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
210	Апельсин свежий"	Калорийность-107	52-16
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-478	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/50	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/50)	Калорийность-240	99-16
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-05
50	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-124	4-43
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-367	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____