



Меню Приятного аппетита!

21.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	34-97
200	Каша молочная "Ассорти"(рис,кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	30-10
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-596	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	77-18
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-223	41-10
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
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-668	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	24-86
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	77-18
180	Булгур с овощами	Калорийность-217	24-85
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
210	Апельсин свежий"	Калорийность-84	52-16
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	1-83
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-917	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	77-18
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-223	41-10
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-86
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-668	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	18-09
90	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-218	69-28
150/20	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/20	Калорийность-186	28-89
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
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-749	130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-86
200	Каша молочная "Ассорти" (рис, кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	30-10
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18
200	Суп из овощей	Калорийность-73	14-55
90	Фрикадельки мясные из филе индейки и свинины (без глютена)	Калорийность-248	91-30
150	Картофель отварной (о. ч.)	Калорийность-157	34-21
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 069	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
75	Манник с маком	Калорийность-270	38-98
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-428	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	Калорийность-90	18-64
90	Фрикадельки мясные из филе курицы и свинины	90	Калорийность-218	69-28
150/30	Булгур с овощами/Огурец свежий	150/30	Калорийность-187	32-23
200	Напиток из кураги		Калорийность-82	9-20
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 (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-932		162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	34-97	
200	Каша молочная "Ассорти"(рис,кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	30-10	
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-59	
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98	
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	Калорийность-90	18-64
90	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	90	Калорийность-218	69-28
150/30	Булгур с овощами/Огурец свежий	150/30	Калорийность-187	32-23
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20	
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 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 528	271-59	

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Фрикадельки мясные из филе курицы и свинины	100	Калорийность-247	77-18
180/45	Булгур с овощами/Огурец свежий	180/45	Калорийность-223	41-10
200	Чай лимонный с сахаром		Калорийность-52	4-86
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином		Калорийность-74	2-66
250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)		Калорийность-153	24-86
100	Кура запеченная	100	Калорийность-229	89-17
180	Рис "Золотистый"		Калорийность-263	14-69
200	Напиток из кураги		Калорийность-82	9-20
210	Апельсин свежий"		Калорийность-107	52-16
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 573		321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/20	Суп-пюре из разных овощей с гренками (о.ч)	Калорийность-153	24-86
100	Фрикадельки мясные из филе кури и свинины	Калорийность-247	77-18
180	Булгур с овощами	Калорийность-217	24-85
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
210	Апельсин свежий"	Калорийность-107	52-16
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
25	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-62	1-83
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-940	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

60	Салат из свеклы (о.ч).	Калорийность-78	9-75
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	82-49
200	Каша рисовая вязкая с растительным маслом	Калорийность-203	11-04
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-52
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-441	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	34-89
200	Каша "Янтарная" (пшено с яблоками) с растительным маслом без сахара	Калорийность-257	39-72
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-05
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-542	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____