



Меню Приятного аппетита!

24.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
10/10/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-196	37-38
200	Каша молочная рисовая с маслом и отрубями	Калорийность-255	34-01
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-619	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	34-44
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-617	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	35-94
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/35	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/35	Калорийность-250	29-67
200	Кисель "Витюшка"	Калорийность-95	12-40
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-880	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	34-44
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-617	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	32-36
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-97
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-565	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 рисовая с маслом	Калорийность-255	33-96
200	Суп из овощей	Калорийность-73	14-52
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	82-49
150	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом сливочным	Калорийность-218	54-89
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-950	268-31

Полдник для групп продленного дня

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
100	Шанежка с картофелем (о. ч)	Калорийность-295	32-64
110	Яблоко свежее	Калорийность-66	21-25
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-437	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	32-36
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
150/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/50	Калорийность-209	32-34
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-713	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

10/10/30	Бутерброд с сыром, маслом на батоне	Калорийность-196	37-38
200	Каша молочная рисовая с маслом и отрубями	Калорийность-255	34-01
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	32-36
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
150/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/50	Калорийность-209	32-34
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 334	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-262	34-44
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	35-94
100	Биточек из говядины и свинины 100	Калорийность-274	78-59
180	Картофель отварной (о. ч)	Калорийность-181	41-05
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
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-1 506	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп из овощей со сметаной, курой	250/10	Калорийность-142	35-94
100	Индейка по-мексикански		Калорийность-146	80-43
180/35	Макаронные изделия отварные/Помидор		Калорийность-250	29-67
	свежий 180/35			
200	Кисель "Витошка"		Калорийность-95	12-40
100	Мандарины свежие		Калорийность-99	28-98
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-878	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

18/30	Бутерброд с джемом на батоне (18/30)		Калорийность-97	19-41
200	Каша рисовая вязкая		Калорийность-182	10-48
200	Чай с шиповником и сахаром		Калорийность-68	8-27
220	Апельсин свежий"		Калорийность-112	54-65
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-459	92-81

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

30/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе		Калорийность-183	52-00
200	Каша молочная геркулесовая с маслом		Калорийность-202	21-20
200	растительным без сахара			
200	Чай черный с шиповником (без сахара)		Калорийность-11	6-46
100	Мандарины свежие		Калорийность-99	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-496	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____