



Меню Приятного аппетита!

26.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
10/30	Бутерброд с сыром (батон).	Калорийность-134	19-66
125	Творожок в индивидуальной упаковке	Калорийность-394	55-66
200	Каша молочная ячневая с маслом 200	Калорийность-235	28-70
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-62
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-814	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-20
180/40	Рис припущенный/Помидор свежий 180/40	Калорийность-249	31-55
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-648	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой 250/10	Калорийность-142	33-65
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-20
180/50	Рис припущенный/Помидор свежий 180/50	Калорийность-261	35-50
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-977	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-20
180/40	Рис припущенный/Помидор свежий 180/40	Калорийность-249	31-55
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-648	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой 200/10	Калорийность-116	29-93
100	Кура запеченная с овощами	Калорийность-208	71-12
150	Рис припущенный	Калорийность-195	12-61
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-739	130-88

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

100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	38-38
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-52
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
200	Суп картофельный (о.ч)	Калорийность-70	17-39
100	Кура отварная* (п/ф)	Калорийность-164	87-13
150/50	Рис припущенный/Помидор свежий 150/50	Калорийность-221	32-68
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-960	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
75	Булочка домашняя	Калорийность-279	28-65
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-24
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-472	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой 200/10	Калорийность-116	29-93
100	Кура запеченная с овощами	Калорийность-208	71-12
150/15	Рис припущенный/Огурец свежий 150/15	Калорийность-174	17-51
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-770	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

10/30	Бутерброд с сыром (батон).	Калорийность-134	19-66
125	Творожок в индивидуальной упаковке	Калорийность-394	55-66
200	Каша молочная ячневая с маслом 200	Калорийность-235	28-70
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-62
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой 200/10	Калорийность-116	29-93
100	Кура запеченная с овощами	Калорийность-208	71-12
150/15	Рис припущенный/Огурец свежий 150/15	Калорийность-174	17-51
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 584	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-20
180/40	Рис припущенный/Помидор свежий 180/40	Калорийность-249	31-55
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой 250/10	Калорийность-142	33-65
250/30	Жаркое по-домашнему с индейкой /Огурец свежий 250/30 (о.ч)	Калорийность-301	122-04
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
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-1 509	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой 250/10	Калорийность-142	33-65
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	89-20
180/50	Рис припущенный/Помидор свежий 180/50	Калорийность-261	35-50
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-977	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Салат "Витаминный" из белокочанной капусты с яблоками (о.ч)	Калорийность-137	16-82
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	80-87
150	Каша ячневая вязкая с маслом растительным	Калорийность-175	5-83
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-473	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	35-79
40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
200	Каша молочная гречневая с маслом растительным без сахара	Калорийность-280	21-16
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-04
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	28-98
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-628	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____