



Меню Приятного аппетита!

27.11.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
100	Тефтели из свинины 100	Калорийность-336	61-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	29-95
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
25	Батон витаминизированный	Калорийность-65	3-34
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-673	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-43
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	18-16
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-810	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 250/10	Калорийность-146	42-64
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-43
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	29-09
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	8-97
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-998	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-43
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	18-16
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-810	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-05
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	59-98
150/45	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/45	Калорийность-298	26-04
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 Обед для групп продленного дня		Калорийность-730	130-88

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

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
200/40	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным/Огурец свежий	Калорийность-283	98-91
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
200	Борщ с морской капустой и картофелем	Калорийность-76	20-70
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	81-59
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	9-81
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	8-97
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	15-33
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-892	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	6-85
75	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-248	38-20
190	Банан *	Калорийность-80	44-58
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-381	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-05
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-43
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	9-81
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	8-97
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-930	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

100	Тефтели из свинины 100	Калорийность-336	61-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	29-95
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
25	Батон витаминизированный	Калорийность-65	3-34
200/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 200/10	Калорийность-128	37-05
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-43
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-271	9-81
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	8-97
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 603	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	84-43
180/20	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/20	Калорийность-310	18-16
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
45	Кекс 45гр	Калорийность-193	19-93
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой 250/10	Калорийность-146	42-64
100	Тефтели из филе курицы и свинины 100	Калорийность-251	62-54
180/30	Картофель отварной/Помидор свежий 180/30 (о.ч.)	Калорийность-181	53-67
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	8-97
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 626	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ с морской капустой и картофелем со сметаной, курой	250/10	Калорийность-146	42-64
100	Гуляш из филе индейки	100	Калорийность-183	84-43
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий	180/50	Калорийность-356	29-09
200	Напиток из кураги		Калорийность-82	8-97
120	Яблоко свежее		Калорийность-108	23-18
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-996 192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Тефтели из свинины	100	Калорийность-336	61-00
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	150/50	Калорийность-209	29-95
200	Чай черный с вишней		Калорийность-62	14-35
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-95	3-34

Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-702 108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

40	Салат из свежих помидоров и огурцов		Калорийность-53	13-34
250	Капуста тушеная со свиной		Калорийность-333	91-17
200	Чай без сахара			1-47
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином		Калорийность-74	2-66

Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-460 108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____