

Резникова



Меню Приятного аппетита!

08.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/30	Бутерброд с сыром (батон)	Калорийность-149	35-03
200	Каши молочная рисовая с маслом и отрубями	Калорийность-255	33-46
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
Итого за Завтрак 1-4 классы			108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-257	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)			128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-142	36-05
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-257	26-66
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед 5-11 классы			192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-257	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)			128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	32-44
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
130	Макаронные изделия отварные	Калорийность-178	10-20
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			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	33-41
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
200	Суп из овощей	Калорийность-73	14-61
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	82-49
150	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом сливочным	Калорийность-218	64-00
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-921	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-38
100	Булочка с маком*	Калорийность-289	13-60
220	Апельсин свежий"	Калорийность-112	54-65
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-498	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	32-44
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	32-26
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)

20/30	Бутерброд с сыром (батон)	Калорийность-149	35-03
200	Каша молочная рисовая с маслом и отрубями	Калорийность-255	33-46
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-27
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	32-44
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	32-26
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-1 297	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/50	Калорийность-257	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	36-05
100	Биточек из говядины и свинины 100	Калорийность-274	78-60
180	Картофель отварной (о. ч)	Калорийность-181	41-05
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
100	Яблоко свежее	Калорийность-90	19-32
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-1 541	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	36-05
100	Индейка по-мексикански	Калорийность-146	80-43
180/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/30	Калорийность-257	26-66
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	12-40
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
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-895	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	9-96
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	92-29

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

30/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	49-68
200	Каша молочная геркулесовая с маслом растительным без сахара	Калорийность-202	20-62
200	Чай черный с шиповником (без сахара)	Калорийность-11	6-46
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-506	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____