

Резникова В. В.



Меню Приятного аппетита!

09.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	81-61
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-62
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-41
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-569 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	71-33
180/20	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/20 (о.ч)	Калорийность-166	48-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
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-639 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	59-47
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	71-33
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	51-39
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-832 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	71-33
180/20	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/20 (о.ч)	Калорийность-166	48-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
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-639 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	47-24
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	69-52
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-271	9-00
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-756 130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-86
150	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-191	60-06
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	47-24
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	69-52
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-141	36-07
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 038	271-59

Полдник для групп продленного дня

100	Манник с маком	Калорийность-403	46-72
200	Компот из апельсинов с яблоками	Калорийность-135	19-73
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-609	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	47-24
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	69-52
160	Картофельное пюре (160)	Калорийность-162	37-35
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-719	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	81-61
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-62
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-41
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-00
200	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-131	47-24
90	Ежики мясные из филе индейки и свинины (б/з)	Калорийность-253	69-52
160	Картофельное пюре (160)	Калорийность-162	37-35
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-1 287	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Ежики мясные из филе индейки и свинины 100	Калорийность-280	71-33
180/20	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/20 (о.ч)	Калорийность-166	48-53
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	59-47
100	Гуляш из говядины 100	Калорийность-172	93-78
180/15	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/15	Калорийность-219	30-75
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-1 368	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	59-47
100	Ежики мясные из филе индейки и свинины	Калорийность-280	71-33
100			
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	51-39
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-832 192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	15-82
150/30	Картофель отварной с растительным маслом /Огурец свежий 150/30	Калорийность-149	38-02
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-28
200	Апельсин свежий"	Калорийность-102	49-68
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-415 108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/50	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/50)	Калорийность-240	101-86
200	Чай без сахара		1-47
60	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-149	5-31
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-389 108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____