



Меню Приятного аппетита!

12.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	50-00
250	Каши молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом 250	Калорийность-313	37-29
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-35
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-668 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
180/15	Капуста тушеная/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-113	33-35
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
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-468 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	22-23
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
180/40	Капуста тушеная/Огурец свежий 180/40 (о.ч.)	Калорийность-116	43-52
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
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-731 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
180/15	Капуста тушеная/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-113	33-35
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
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-468 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками 200/10	Калорийность-90	18-74
90	Котлета из филе кури 90	Калорийность-131	68-28
150/30	Капуста тушеная/Огурец свежий 150/30 (о.ч)	Калорийность-91	35-16
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 Обед для групп продленного дня			Калорийность-505 130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-91
200	Каша молочная "Ассорти"(рис,греча) с маслом 200	Калорийность-280	31-50
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-62
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
200	Суп картофельный с горохом 200	Калорийность-112	11-91
90	Котлета из филе кури (без глютена)	Калорийность-120	88-90
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-85
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 018	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	36-00
100	Манник	Калорийность-382	30-45
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-566	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч)	Калорийность-118	18-09
90	Котлета из филе кури 90	Калорийность-131	68-28
150/15	Капуста тушеная/Огурец свежий 150/15 (о.ч)	Калорийность-90	28-63
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-751	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	50-00
250	Каша молочная "Ассорти"(рис,греча) с маслом 250	Калорийность-313	37-29
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-35
200/10	Суп-пюре гороховый с гречками(о.ч)	Калорийность-118	18-09
90	Котлета из филе кури 90	Калорийность-131	68-28
150/15	Капуста тушеная/Огурец свежий 150/15 (о.ч)	Калорийность-90	28-63
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-1 419	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
180/15	Капуста тушеная/Огурец свежий 180/15 (о.ч)	Калорийность-113	33-35
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-35
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
250/10	Суп-пюре гороховый с гречками 250/10	Калорийность-147	22-23
100	Шницель из говядины 100	Калорийность-206	93-00
180/50	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/50	Калорийность-252	35-70
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-1 521	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками	250/10	Калорийность-147	22-23
100	Котлета из филе кури	100	Калорийность-174	76-33
180/40	Капуста тушеная/Огурец свежий	180/40 (о.ч.)	Калорийность-116	43-52
200	Чай черный с вишней		Калорийность-62	14-35
110	Мандарины свежие		Калорийность-109	31-88
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином		Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-731	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

50	Филе куриное отварное	50	Калорийность-62	61-85
180	Каша рисовая вязкая		Калорийность-161	8-87
200	Чай с сахаром		Калорийность-51	3-28
110	Мандарины свежие		Калорийность-109	31-88
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-74	2-76
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-457	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе		Калорийность-183	34-89
150/40	Булгур с овощами/Огурец свежий	150/40	Калорийность-188	36-83
200/7	Чай с лимоном (без сахара)		Калорийность-2	5-04
110	Мандарины свежие		Калорийность-109	31-88
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-483	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____