



Меню Приятного аппетита!

15.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	---------------------	-------------------------------

Завтрак 1-4 классы

30/10/30	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-143	68-48
250	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-83
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-525	108-64

Комплекс 5-11 классы (базовый)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/45	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/45	Калорийность-266	27-90
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
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-631	128-56

Обед 5-11 классы

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-28
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/40	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/40	Калорийность-266	25-83
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
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-935	192-84

Комплекс 5-11 классы (№2)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/45	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/45	Калорийность-266	27-90
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
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-631	128-56

Обед для групп продленного дня

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	40-18
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
120	Каша гречневая рассыпчатая 120.	Калорийность-240	4-68
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-656	130-88

(II) 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	96-80
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
10	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
200	Рассольник домашний (о. ч)	Калорийность-87	29-60
50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	65-00
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-52
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	30-67
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-829	271-59

Полдник для групп продленного дня

200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-95	16-53
100	Шаньга с сыром	Калорийность-339	43-10
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	30-00
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-543	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	40-18
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-52
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
130	Яблоко свежее	Калорийность-78	25-12
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-760	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

30/10/30	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-143	68-48
250	Каша молочная пшеница с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-83
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
200/10	Солянка по - студенчески с курой.	Калорийность-154	40-18
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-52
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
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-1 325	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/45	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/45	Калорийность-266	27-90
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-68	2-66
250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-28
100	Котлета "Ассорти" из филе кури,индейки и свинины 100	Калорийность-242	76-99
180/20	Рагу из овощей/Помидор свежий 180/20 (о.ч)	Калорийность-117	31-46
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 446	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески с курой	Калорийность-177	46-28
50/50	Филе кури тушеное в молочном соусе 100	Калорийность-161	80-85
180/40	Греча рассыпчатая с овощами/Огурец свежий 180/40	Калорийность-266	25-83
200	Напиток витаминизированный "Витошка"	Калорийность-91	10-23
130	Яблоко свежее	Калорийность-117	25-12
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-933	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

18/30	Бутерброд с джемом на хлебе (18/30)	Калорийность-84	18-63
150	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным.	Калорийность-161	4-92
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
240	Апельсин свежий"	Калорийность-96	59-62
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-394	87-84

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

15/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	26-89
200	Каша молочная геркулесовая с маслом растительным без сахара	Калорийность-202	20-62
200	Чай без сахара		1-51
240	Апельсин свежий"	Калорийность-96	59-62
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-482	108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____