

Резникова



Меню Приятного аппетита!

23.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	Калорийность-240	85-42
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-55
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	4-00
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-490	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
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	49-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
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-616	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 100	Калорийность-280	71-33
180/25	Картофельное пюре/Помидор свежий 180/25 (о.ч)	Калорийность-163	52-28
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-808	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
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	49-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
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-616	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	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-03
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-731	130-88

(II) 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	58-90
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
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	35-84
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
10	Хлебы безглютеновые	Калорийность-2	15-33
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 039	271-59

Полдник для групп продленного дня

100	Манник с маком	Калорийность-403	46-67
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	13-98
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	28-98
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-555	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	85-42
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-55
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	4-00
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-1 209	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	49-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
250	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Калорийность-163	59-47
100	Гуляш из говядины 100	Калорийность-172	97-87
180	Булгур с овощами	Калорийность-217	24-85
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-1 392	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	52-28
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
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-808 192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	17-67
180	Картофель запеченный	Калорийность-174	31-89
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
110	Мандарины свежие	Калорийность-109	31-88
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-76
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-487 92-52

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/40	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/40)	Калорийность-240	104-47
200	Чай без сахара		1-51
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-315 108-64

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____