

Резникова



Меню Приятного аппетита!

26.12.2025

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	49-89
250	Каша молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом 250	Калорийность-313	37-40
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	34-23
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-444	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	21-98
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
180/40	Капуста тушеная/Огурец свежий 180/40 (о.ч)	Калорийность-116	46-54
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-856	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	34-23
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-444	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	17-55
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
150/15	Капуста тушеная/Огурец свежий 150/15 (о.ч)	Калорийность-90	29-99
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-98	3-68
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-531	130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебце	Калорийность-191	34-86
200	Каша молочная "Ассорти"(рис,греча) с маслом 200	Калорийность-280	31-77
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18
200	Суп картофельный с горохом 200	Калорийность-112	11-71
90	Котлета из филе кури (без глютена)	Калорийность-120	88-90
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-89
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-980	261-70

Полдник для групп продленного дня

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
100	Манник "Тигренок"	Калорийность-383	34-31
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	4-67
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-593	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	17-55
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-89
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-746	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-259	49-89
250	Каша молочная "Ассорти"(рис,греча) с маслом 250	Калорийность-313	37-40
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-35
200/10	Суп-пюре гороховый с гренками(о.ч)	Калорийность-118	17-55
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	22-89
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-1 413	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	34-23
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-49	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-77
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	21-98
100	Шницель из говядины 100	Калорийность-206	91-35
180/50	Рис "Золотистый"/Помидор свежий 180/50	Калорийность-252	37-60
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-1 496	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	21-98
100	Котлета из филе кури 100	Калорийность-174	76-33
180/40	Капуста тушеная/Огурец свежий 180/40 (о.ч.)	Калорийность-116	46-54
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	28-18
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-856	192-84

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	64-62
180	Каша рисовая вязкая	Калорийность-161	9-34
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	6-90
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-123	4-60
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-472	108-64

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	34-89
150/50	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/50	Калорийность-189	45-49
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-08
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18
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 - _____