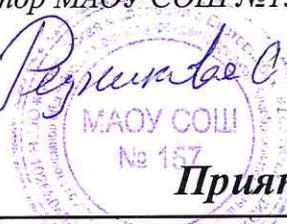


6 1 Рудникова О.И.



**Меню**  
**Приятного аппетита!**

12.01.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
15/18/20	Бутерброд с маслом, джемом на батоне (15/18/20)	Калорийность-179	45-16
250	Каша молочная рисовая с маслом 250	Калорийность-348	40-33
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	6-90
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-672	149-52
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-348	93-40
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	11-93
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	6-90
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 030	176-94
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Суп сливочный с курой, гренками	Калорийность-162	50-02
100	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-348	93-40
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	45-30
200	Компот из кураги	Калорийность-121	11-97
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 264	265-40
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-348	93-40
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	11-93
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	6-90
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-1 030	176-94
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200/10	Суп сливочный с курой, гренками	Калорийность-193	40-49
90	Котлета мясная из филе кури и свинины 90	Калорийность-233	68-16
160	Макаронные изделия отварные**	Калорийность-195	13-18
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-813	130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	35-45
200	Каша молочная рисовая с маслом	Калорийность-255	33-96
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
200	Суп из овощей	Калорийность-73	14-64
80	Филе индейки отварное 80	Калорийность-62	130-81
150	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом сливочным	Калорийность-218	59-48
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			373-79

**Полдник для групп продленного дня**

100	Булочка ванильная глазированная	Калорийность-347	38-03
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
200	Яблоко свежее	Калорийность-120	37-21
Итого за Полдник для групп продленного дня			89-63

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

200/10	Суп сливочный с курой, гренками	Калорийность-193	40-49
90	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-325	84-82
150/25	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий	Калорийность-295	26-07
200	Компот из кураги	Калорийность-121	11-97
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			224-27

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

15/18/20	Бутерброд с маслом, джемом на батоне (15/18/20)	Калорийность-179	45-16
250	Каша молочная рисовая с маслом 250	Калорийность-348	40-33
200	Чай лимонный с сахаром (у/в)	Калорийность-53	6-90
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
200/10	Суп сливочный с курой, гренками	Калорийность-193	40-49
90	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-325	84-82
150/25	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий	Калорийность-295	26-07
200	Компот из кураги	Калорийность-121	11-97
230	Апельсин свежий"	Калорийность-118	57-13
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			373-79

**Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)**

20/18/40	Бутерброд с маслом, джемом на батоне (20/18/40)	Калорийность-237	56-69
250	Каша молочная рисовая с маслом 250	Калорийность-348	40-33
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-40
250/10	Суп сливочный с курой, гренками	Калорийность-162	50-02
100	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-348	93-40
180/50	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	45-30
200	Компот из кураги	Калорийность-121	11-97
230	Апельсин свежий"	Калорийность-92	57-13
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) Калорийность-2 160			442-34

**(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)**

250/10	Суп сливочный с курой, гренками	Калорийность-162	50-02
100	Ножки куриные запеченные в сухарях панко	Калорийность-348	93-40
180/50	Каши гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 180/50	Калорийность-356	45-30
200	Компот из кураги	Калорийность-121	11-97
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-1 264			265-40

**Завтрак 1-4 классы (БЛ)**

18/30	Бутерброд с джемом на батоне (18/30)	Калорийность-97	15-98
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	53-13
200	Каши рисовая вязкая	Калорийность-182	10-48
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-555			140-05

**Завтрак 1-4 классы (ДТ)**

30/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	51-07
200	Каши молочная геркулесовая с маслом растительным без сахара	Калорийность-202	20-62
200	Чай черный с шиповником ( без сахара)	Калорийность-11	6-50
230	Апельсин свежий	Калорийность-92	57-13
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-489			135-32

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - \_\_\_\_\_

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_