



**Меню**  
**Приятного аппетита!**

15.01.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
150/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/50	Калорийность-212	95-69
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-205	37-11
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-40
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-642	149-52
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	87-77
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	25-45
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-806	176-94
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	51-48
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	87-77
180/60	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/60	Калорийность-257	53-83
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 046	265-40
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	87-77
180/15	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/15	Калорийность-225	25-45
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплексе 5-11 классы (№2)		Калорийность-806	176-94
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	40-76
90	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-230	78-12
130	Каша гречневая рассыпчатая 130	Калорийность-239	6-74
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-677	130-88

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

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	19-38
	Макаронные изделия безглютеновые		
200/40	отварные с маслом растительным/Огурец свежий	Калорийность-283	88-52
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-33
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
200	Борщ с морской капустой и картофелем	Калорийность-76	20-91
90	Филе индейки отварное 90	Калорийность-110	151-81
150/15	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/15	Калорийность-294	19-53
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	8-97
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-969	373-79

**Полдник для групп продленного дня**

200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
100	Шаньга с сыром	Калорийность-339	45-00
160	Апельсин свежий	Калорийность-64	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-455	89-63

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	40-76
90	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-230	78-12
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	44-76
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
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		Калорийность-886	224-27

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

150/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/50	Калорийность-212	95-69
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-205	37-11
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	8-40
200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	40-76
90	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-230	78-12
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	44-76
200	Напиток из сухофруктов	Калорийность-78	5-23
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
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)		Калорийность-1 529	373-79

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

200/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 200/50	Калорийность-317	119-85
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-32
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-179	37-11
70	Батон витаминизированный	Калорийность-202	9-80
250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	51-48
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	87-77
180/60	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/60	Калорийность-257	53-83
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
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-1 856	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	51-48
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	87-77
180/60	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/60	Калорийность-257	53-83
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99
220	Банан *	Калорийность-166	51-61
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 046 265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100/20	Тефтели из филе кури и свинины в сметанном соусе 120	Калорийность-274	71-81
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-209	44-82
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-83
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-665 135-85

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

100	Салат из свежих помидоров и огурцов (р.л)	Калорийность-137	43-66
250	Капуста тушеная со свиной	Калорийность-333	97-50
200	Чай черный с шиповником ( без сахара)	Калорийность-11	6-50
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-86
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-530 149-52

Блюда готовят повара:

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

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_