



Меню
Приятного аппетита!

16.01.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	53-64
250	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-83
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37
200	Апельсин свежий"	Калорийность-80	49-68
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-639	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48
180/40	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Помидор свежий 180/40	Калорийность-162	58-37
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-533	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	22-19
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48
180/60	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Помидор свежий 180/60	Калорийность-162	70-00
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-179	37-11
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-942	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48
180/40	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Помидор свежий 180/40	Калорийность-162	58-37
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-533	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	40-73
235	Жаркое по-домашнему с индейкой	Калорийность-265	84-89
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-518	130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	34-86
200	Каши молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом 200	Калорийность-280	31-77
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37
200	Апельсин свежий"	Калорийность-102	49-68
200	Суп картофельный с горохом 200	Калорийность-112	11-71
90	Котлета из филе кури (без глютена)	Калорийность-120	92-09
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	23-28
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-39
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 021	297-82

Полдник для групп продленного дня

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
70	Сдоба "Изюминка" (х/з)	Калорийность-209	30-61
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-28
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-393	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гречками 200/10	Калорийность-151	17-96
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48
150/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Помидор свежий 150/30	Калорийность-131	48-40
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-179	37-11
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-880	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	53-64
250	Каши молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-83
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37
200	Апельсин свежий"	Калорийность-102	49-68
200/10	Суп-пюре гороховый с гречками 200/10	Калорийность-151	17-96
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48
150/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Помидор свежий 150/30	Калорийность-131	48-40
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-179	37-11
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 541	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

20/15/40	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-298	65-39
250	Каши молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	36-83
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37
220	Апельсин свежий"	Калорийность-88	54-65
250/10	Суп-пюре гороховый с гречками 250/10	Калорийность-147	22-19
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48
180/60	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Помидор свежий 180/60	Калорийность-162	70-00
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-179	37-11
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-1 697	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-147	22-19	
100	Индейка по-мексикански/	Калорийность-169	103-48	
180/60	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Помидор свежий 180/60	Калорийность-162	70-00	
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04	
70	Коржик "Березка" (хл/з)	Калорийность-179	37-11	
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-942	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

60	Филе куриное отварное 60	Калорийность-105	78-23	
180	Каша рисовая вязкая	Калорийность-161	9-34	
200	Чай черный ягодный	Калорийность-62	9-37	
200	Апельсин свежий"	Калорийность-102	49-68	
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-90	
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-505	149-52

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	35-11	
150/50	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/50	Калорийность-189	47-95	
200	Чай черный с вишней без сахара	Калорийность-5	12-58	
200	Апельсин свежий"	Калорийность-102	49-68	
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-480	145-32

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____