



**Меню**  
**Приятного аппетита!**

20.01.2026

| Выход (г)                                      | Наименование блюда  | Калорийность (ккал)       | Стоимость питания (руб) |
|--|---|---------------------------|-------------------------|
| <b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>               |   |                           |                         |
| 15/20  | Бутерброд с маслом (батон)                                | Калорийность-191          | 32-10                   |
| 130/20   | Пудинг творожный с молочным соусом ( на сгущенном молоке) | Калорийность-304          | 88-97                   |
| 200  | Чай с сахаром   | Калорийность-51           | 3-33                    |
| 130  | Яблоко свежее   | Калорийность-58           | 25-12                   |
| <b>Итого за Завтрак 1-4 классы</b>             |   | <b>Калорийность-605</b>   | <b>149-52</b>           |
| <b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>   |   |                           |                         |
| 110  | Люля-кебаб из свинины и курицы                            | Калорийность-253          | 101-15                  |
| 180/50   | Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)             | Калорийность-163          | 63-54                   |
| 200  | Чай лимонный с сахаром                                    | Калорийность-52           | 4-67                    |
| 40   | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                             | Калорийность-95           | 3-86                    |
| 40   | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                           | Калорийность-90           | 3-72                    |
| <b>Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)</b> |   | <b>Калорийность-653</b>   | <b>176-94</b>           |
| <b><u>Обед 5-11 классы</u></b>                 |   |                           |                         |
| 250/10   | Суп из овощей со сметаной, курой 250/10                   | Калорийность-142          | 36-15                   |
| 110  | Люля-кебаб из свинины и курицы                            | Калорийность-253          | 101-15                  |
| 180/40   | Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч)             | Калорийность-163          | 58-13                   |
| 200  | Компот из замороженных ягод (фруктовая смесь)             | Калорийность-112          | 27-08                   |
| 50   | Слойка с Малиной 60гр (ПФ)                                | Калорийность-271          | 39-10                   |
| 20   | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                             | Калорийность-48           | 1-93                    |
| 20   | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                           | Калорийность-45           | 1-86                    |
| <b>Итого за Обед 5-11 классы</b>               |   | <b>Калорийность-1 033</b> | <b>265-40</b>           |
| <b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>        |   |                           |                         |
| 110  | Люля-кебаб из свинины и курицы                            | Калорийность-253          | 101-15                  |
| 180/50   | Картофельное пюре/Помидор свежий 180/50 (о.ч)             | Калорийность-163          | 63-54                   |
| 200  | Чай лимонный с сахаром                                    | Калорийность-52           | 4-67                    |
| 40   | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                             | Калорийность-95           | 3-86                    |
| 40   | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                           | Калорийность-90           | 3-72                    |
| <b>Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)</b>      |   | <b>Калорийность-653</b>   | <b>176-94</b>           |
| <b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>   |   |                           |                         |
| 200/10   | Суп из овощей со сметаной, курой                          | Калорийность-124          | 32-53                   |
| 90   | Ежики из свинины 90                                       | Калорийность-300          | 57-25                   |
| 150  | Картофельное пюре 150                                     | Калорийность-141          | 35-84                   |
| 200  | Чай с сахаром   | Калорийность-51           | 3-33                    |
| 20   | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                             | Калорийность-48           | 1-93                    |
| <b>Итого за Обед для групп продленного дня</b> |   | <b>Калорийность-664</b>   | <b>130-88</b>           |

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

|  |   |                    |        |
|--|---|--------------------|--------|
| 100  | Салат из свежих помидоров и огурцов                 | Калорийность-134   | 51-60  |
| 200  | Рис припущенный "                                   | Калорийность-270   | 17-05  |
| 200  | Чай лимонный с сахаром                              | Калорийность-52    | 4-67   |
| 20   | Хлебцы безглютеновые                                | Калорийность-3     | 30-67  |
| 200/10   | Бульон с яйцом, курой                               | Калорийность-77    | 28-92  |
| 90   | Шницель мясной из филе кури и свинины (без глютена) | Калорийность-223   | 88-81  |
| 150  | Картофельное пюре 150                               | Калорийность-141   | 35-84  |
| 200  | Компот из смеси сухофруктов                         | Калорийность-116   | 6-98   |
| 20   | Хлебцы безглютеновые                                | Калорийность-7     | 30-67  |
| Итого за (Ц) Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед) |   | Калорийность-1 022 | 295-21 |

**Полдник для групп продленного дня**

|  |                    |                  |       |
|--|--------------------|------------------|-------|
| 75   | Булочка с корицей  | Калорийность-319 | 39-10 |
| 200  | Чай черный ягодный | Калорийность-62  | 9-37  |
| 150  | Мандарины свежие   | Калорийность-148 | 41-16 |
| Итого за Полдник для групп продленного дня |                    | Калорийность-529 | 89-63 |

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

|                                    |  |                    |        |
|------------------------------------|--|--------------------|--------|
| 200/10                             | Суп из овощей со сметаной, курой               | Калорийность-124   | 32-53  |
| 90                                 | Люля-кебаб из свинины и курицы.                | Калорийность-210   | 81-90  |
| 150/40                             | Картофельное пюре/Помидор свежий 150/40 (о.ч.) | Калорийность-136   | 53-05  |
| 200                                | Компот из кураги                               | Калорийность-121   | 11-97  |
| 50                                 | Слойка с Малиной 60гр (ПФ)                     | Калорийность-271   | 39-10  |
| 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-1 002 | 224-27 |

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

|   |  |                    |        |
|---|--|--------------------|--------|
| 15/20   | Бутерброд с маслом (батон)                               | Калорийность-191   | 32-10  |
| 130/20  | Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке) | Калорийность-304   | 88-97  |
| 200   | Чай с сахаром  | Калорийность-51    | 3-33   |
| 130   | Яблоко свежее  | Калорийность-58    | 25-12  |
| 200/10  | Суп из овощей со сметаной, курой                         | Калорийность-124   | 32-53  |
| 90  | Люля-кебаб из свинины и курицы.                          | Калорийность-210   | 81-90  |
| 150/40  | Картофельное пюре/Помидор свежий 150/40 (о.ч.)           | Калорийность-136   | 53-05  |
| 200   | Компот из кураги   | Калорийность-121   | 11-97  |
| 50  | Слойка с Малиной 60гр (ПФ)                               | Калорийность-271   | 39-10  |
| 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-1 606 | 373-79 |

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

|  |  |                    |        |
|--|--|--------------------|--------|
| 15/20  | Бутерброд с маслом (батон)                               | Калорийность-191   | 32-10  |
| 130/20   | Пудинг творожный с молочным соусом (на сгущенном молоке) | Калорийность-304   | 88-97  |
| 200  | Чай лимонный с сахаром (у/в)                             | Калорийность-53    | 5-90   |
| 160  | Мандарины свежие   | Калорийность-158   | 46-37  |
| 250/10   | Суп из овощей со сметаной, курой 250/10                  | Калорийность-142   | 36-15  |
| 110  | Люля-кебаб из свинины и курицы                           | Калорийность-253   | 101-15 |
| 180/40   | Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч.)           | Калорийность-163   | 58-13  |
| 200  | Компот из замороженных ягод (фруктовая смесь)            | Калорийность-112   | 27-08  |
| 50   | Слойка с Малиной 60гр (ПФ)                               | Калорийность-271   | 39-10  |
| 40   | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                            | Калорийность-95    | 3-86   |
| 38   | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                          | Калорийность-86    | 3-53   |
| Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) |  | Калорийность-1 828 | 442-34 |

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

|  |   |                  |        |
|--|---|------------------|--------|
| 250/10   | Суп из овощей со сметаной, курой 250/10       | Калорийность-142 |        |
| 110  | Люля-кебаб из свинины и курицы                | Калорийность-253 | 36-15  |
| 180/40   | Картофельное пюре/Помидор свежий 180/40 (о.ч) | Калорийность-163 | 101-15 |
| 200  | Компот из замороженных ягод (фруктовая смесь) | Калорийность-112 | 58-13  |
| 50   | Слойка с Малиной 60гр (ПФ)                    | Калорийность-271 | 27-08  |
| 20   | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                 | Калорийность-48  | 39-10  |
| 20   | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином               | Калорийность-45  | 1-93   |
| Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-1 033 |   |                  | 1-86   |
|  |   |                  | 265-40 |

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

|   |  |                  |        |
|---|--|------------------|--------|
| 250/30  | Каша "Царская" с филе индейки/Огурец свежий 250/30 | Калорийность-500 |        |
| 200   | Чай лимонный с сахаром (у/в)                       | Калорийность-53  | 113-33 |
| 60  | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                      | Калорийность-143 | 5-90   |
| Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-696 |  |                  | 5-80   |
|   |  |                  | 125-03 |

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

|   |  |                  |        |
|---|--|------------------|--------|
| 100   | Салат "Витаминный" (морковь с яблоками и кукурузой) (о.ч.) | Калорийность-146 |        |
| 250   | Каша "Царская" с филе индейки 250                          | Калорийность-432 | 30-00  |
| 200/7   | Чай с лимоном (без сахара)                                 | Калорийность-2   | 94-93  |
| 50  | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                            | Калорийность-124 | 5-08   |
| Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-704 |  |                  | 4-65   |
|   |  |                  | 134-66 |

Блюда готовят повара:

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

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_