

Меню
Приятного аппетита!

28.01.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	46-42
200	Каша молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-311	38-50
200	Чай черный фруктово-ягодный	Калорийность-62	9-40
200	Груша свежая	Калорийность-84	55-20
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-623	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	110-50
180/20	Ризотто/ Огурец свежий	Калорийность-332	59-30
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-35
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-709	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	46-53
120	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-274	131-47
180/30	Ризотто/Огурец свежий	Калорийность-313	68-62
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-958	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	110-50
180/20	Ризотто/ Огурец свежий	Калорийность-332	59-30
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-35
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-709	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Солянка по - студенчески со сметаной	Калорийность-154	24-61
100	Гуляш из филе кури 100	Калорийность-132	59-07
150	Ризотто 150	Калорийность-275	41-92
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-35
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-659	130-88
<u>(Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	51-60
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	8-54
200	Чай черный фруктово-ягодный	Калорийность-62	9-40
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
200	Суп картофельный (о.ч)	Калорийность-70	17-40
100	Кура отварная* (п/ф)	Калорийность-164	88-28
150/30	Рис припущенный/Огурец свежий 150/30	Калорийность-174	31-13
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-80
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-914	279-49

Полдник для групп продленного дня

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74	
100	Печенье (весовое) *	Калорийность-238	30-71	
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	23-18	
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-386	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	40-34	
90	Стрипсы "Школьные" .	Калорийность-213	97-91	
150/40	Ризотто/Огурец свежий 150/40	Калорийность-217	67-24	
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99	
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-778	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	46-42	
200	Каша молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-311	38-50	
200	Чай черный фруктово-ягодный	Калорийность-62	9-40	
200	Груша свежая	Калорийность-84	55-20	
200/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	40-34	
90	Стрипсы "Школьные" .	Калорийность-213	97-91	
150/40	Ризотто/Огурец свежий 150/40	Калорийность-217	67-24	
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99	
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-1 402	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

20/15/40	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-298	62-34	
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-289	45-14	
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-35	
120	Яблоко свежее	Калорийность-108	23-18	
250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	46-53	
120	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-274	131-47	
180/30	Ризотто/Огурец свежий	Калорийность-313	68-62	
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99	
50	Слойка с Клубникой 50гр (ПФ)	Калорийность-255	39-10	
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-83	
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-79	
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-2 060	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	46-53	
120	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-274	131-47	
180/30	Ризотто/Огурец свежий	Калорийность-313	68-62	
200	Напиток из замороженных ягод (фруктовая смесь)	Калорийность-101	14-99	
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93	
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86	
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-958	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Салат "Витаминный" из белокочанной капусты с яблоками (о.ч)	Калорийность-137	17-15
60	Филе индейки отварное 60	Калорийность-62	100-47
150	Каша ячневая вязкая с маслом растительным	Калорийность-175	5-44
200	Чай черный фруктово-ягодный	Калорийность-62	9-40
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-83
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-555			137-29

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	35-11
40	Яйцо вареное	Калорийность-63	19-38
200	Каша молочная гречневая с маслом растительным без сахара	Калорийность-280	21-16
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-11
200	Груша свежая	Калорийность-84	55-20
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-613			135-96

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____