



**Меню  
Приятного аппетита!**

06.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
20/15/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-240	61-41
200	Каши молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом 200	Калорийность-255	31-25
200	Чай черный с черной смородиной	Калорийность-62	14-36
140	Мандарины свежие"	Калорийность-56	42-50
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-613	149-52
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28
180/15	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий 180/15	Калорийность-200	51-56
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-60	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-834	176-94
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (ф. о.ч)	Калорийность-117	28-75
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28
180/40	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий 180/40	Калорийность-200	68-38
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
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-1 302	265-40
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28
180/15	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий 180/15	Калорийность-200	51-56
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-60	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-834	176-94
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками 200/10	Калорийность-97	23-36
100	Тефтели из филе кури и свинины 100	Калорийность-251	65-86
150	Картофель по-деревенски с паприкой	Калорийность-164	36-43
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-30
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-611	130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебце	Калорийность-191	34-86
200	Каши молочная "Ассорти" (рис, кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	29-83
200	Чай черный с черной смородиной	Калорийность-62	14-36
140	Мандарины свежие"	Калорийность-56	42-50
200/10	Суп из овощей куриной	Калорийность-124	32-17
90	Фрикадельки мясные из филе индейки и свинины (без глютена)	Калорийность-248	95-43
150	Картофель отварной (о. ч.)	Калорийность-157	34-21
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			322-34

Полдник для групп продленного дня

75	Сдоба (булочка с корицей)	Калорийность-333	41-69
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
170	Апельсин свежий"	Калорийность-87	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня			89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Калорийность-97	23-36
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28
150	Картофель по-деревенски с паприкой	Калорийность-164	36-43
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
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)

20/15/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-240	61-41
200	Каши молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом	Калорийность-255	31-25
200	Чай черный с черной смородиной	Калорийность-62	14-36
140	Мандарины свежие"	Калорийность-56	42-50
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Калорийность-97	23-36
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28
150	Картофель по-деревенски с паприкой	Калорийность-164	36-43
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
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)

20/20/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон*)	Калорийность-351	78-75
250	Каши молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом	Калорийность-317	36-82
200	Чай черный с черной смородиной	Калорийность-62	14-36
140	Мандарины свежие"	Калорийность-56	42-50
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками (ф. о.ч)	Калорийность-117	28-75
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28
180/50	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий	Калорийность-200	72-89
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп- пюре из разных овощей с гренками (ф. о.ч)	Калорийность-117	28-75	
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-28	
180/40	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий 180/40	Калорийность-200	68-38	
200	Напиток яблочный	Калорийность-92	8-31	
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10	
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-1 302	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

100	Салат из свеклы (о.ч.)	Калорийность-122	16-96	
60	Филе индейки отварное 60	Калорийность-62	101-91	
200	Каша рисовая вязкая с растительным маслом	Калорийность-203	10-50	
200	Чай черный с черной смородиной	Калорийность-62	14-36	
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-148	5-79	
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-597	149-52

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

30/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	51-07	
200	Каша "Янтарная" (пшено с яблоками) с растительным маслом без сахара	Калорийность-257	38-52	
200	Чай черный с черной смородиной (без сахара)	Калорийность-62	12-55	
140	Мандарины свежие"	Калорийность-56	42-50	
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-558	144-64

Блюда готовят повара:

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

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_