



Меню Приятного аппетита!

13.03.2026

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	54-10
250	Каша молочная пишенная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	35-52
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
150	Мандарины свежие"	Калорийность-60	45-54
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-619	149-52
<u>Комплексе 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-96
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	58-59
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплексе 5-11 классы (базовый)		Калорийность-532	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-юре гороховый с гренками 250/10	Калорийность-201	37-73
110	Индейка по-мексикански*	Калорийность-169	114-59
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	58-59
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
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 Обед 5-11 классы		Калорийность-1 004	265-40
<u>Комплексе 5-11 классы (№2)</u>			
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-96
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	58-59
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
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-532	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-юре гороховый с гренками 200/10	Калорийность-158	29-71
235	Жаркое по-домашнему с индейкой (оч)	Калорийность-314	85-78
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-674	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	31-50
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-30
150	Мандарины свежие"	Калорийность-60	45-54
200	Суп картофельный с горохом 200	Калорийность-112	18-14
90	Котлета из филе кури (без глютена)	Калорийность-120	92-09
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	23-39
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
Итого за (Ц) Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-968	293-85

Полдник для групп продленного дня

100	Шаньга с сыром	Калорийность-339	41-71
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-29
200	Яблоко свежее	Калорийность-180	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-587	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре гороховый с гречками 200/10	Калорийность-158	29-71
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-96
150	Картофель пикантный запеченный по-домашнему.	Калорийность-128	35-18
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
50	Слойка с Вишней 50 (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-975	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	54-10
250	Каши молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	35-52
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
150	Мандарины свежие"	Калорийность-60	45-54
200/10	Суп-пюре гороховый с гречками 200/10	Калорийность-158	29-71
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	102-96
150	Картофель пикантный запеченный по-домашнему.	Калорийность-128	35-18
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
50	Слойка с Вишней 50 (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 Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 594	373-79

Комплексе 5-11 классы (завтрак и обед)

20/15/40	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	Калорийность-298	65-07
250	Каши молочная пшеничная с изюмом и с маслом	Калорийность-330	35-52
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
150	Мандарины свежие"	Калорийность-60	45-54
250/10	Суп-пюре гороховый с гречками 250/10	Калорийность-201	37-73
110	Индейка по-мексикански*	Калорийность-169	114-59
180/50	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Огурец свежий 180/50	Калорийность-162	71-25
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-60
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 Комплексе 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 847	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре гороховый с гречками	250/10	Калорийность-201	
110	Индейка по-мексикански*		Калорийность-169	37-73
180/30	Картофель никаитный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий		Калорийность-162	114-59
200	Компот из свежих яблок		Калорийность-109	58-59
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)		Калорийность-271	11-60
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-1 004				1-86

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

60	Филе куриное отварное	60	Калорийность-105	
180	Каша рисовая вязкая		Калорийность-161	77-85
200	Чай черный с вишней		Калорийность-62	8-87
150	Мандарины свежие"		Калорийность-60	14-36
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-74	45-54
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-463				2-90

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

30/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе		Калорийность-183	
150/20	Булгур с овощами/Огурец свежий	150/20	Калорийность-181	51-07
200/7	Чай с лимоном (без сахара)		Калорийность-2	37-66
150	Мандарины свежие"		Калорийность-60	5-05
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-427				45-54

139-32

Блюда готовят повара:
супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____
мясные блюда - _____
мучные изделия - _____
Завпроизводством - _____
Бухгалтер-калькулятор - _____