



**Меню
Приятного аппетита!**

18.03.2026

| Выход (г) | Наименование блюда | Калорийность (ккал) | Стоимость питания (руб) |
|--|---|---------------------|-------------------------|
| <u>Завтрак 1-4 классы</u> | | | |
| 15/10/40 | Бутерброд с сыром, маслом (батон) | Калорийность-243 | 48-18 |
| 200 | Йогурт питьевой (в индивид. упаковке) | Калорийность-158 | 50-65 |
| 200 | Каша молочная геркулесовая с маслом 200 | Калорийность-311 | 29-34 |
| 200 | Какао с витамином С "Витошка" | Калорийность-97 | 21-35 |
| Итого за Завтрак 1-4 классы | | Калорийность-808 | 149-52 |
| <u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u> | | | |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 180 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-225 | 24-83 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-51 | 3-30 |
| 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-589 | 176-94 |
| <u>Обед 5-11 классы</u> | | | |
| 250/20 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-226 | 59-00 |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 180/35 | Макаронные изделия отварные/Огурец свежий | Калорийность-230 | 45-79 |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-79 | 11-80 |
| 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-848 | 265-40 |
| <u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u> | | | |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 180 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-225 | 24-83 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-51 | 3-30 |
| 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-589 | 176-94 |
| <u>Обед для групп продленного дня</u> | | | |
| 200/10 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-150 | 33-85 |
| 100 | Мясо свинины тушеное 100 | Калорийность-272 | 69-41 |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-188 | 20-53 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-51 | 3-30 |
| 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-754 | 130-88 |

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

| | | | |
|---|---|--------------------|--------|
| 40 | Яйцо вареное | Калорийность-63 | 22-94 |
| 200/40 | Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным/Огурец свежий | Калорийность-283 | 88-95 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-51 | 3-30 |
| 20 | Хлебцы безглютеновые | Калорийность-3 | 30-67 |
| 200/10 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-150 | 33-85 |
| 80 | Филе рыбы припущенное 80 | Калорийность-147 | 99-36 |
| 150 | Рис припущенный | Калорийность-195 | 12-78 |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-79 | 11-80 |
| 130 | Мандарины свежие" | Калорийность-52 | 39-47 |
| 20 | Хлебцы безглютеновые | Калорийность-7 | 30-67 |
| Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед) | | Калорийность-1 030 | 373-79 |

Полдник для групп продленного дня

| | | | |
|--|--------------------------|------------------|-------|
| 50 | Слойка с Малиной 50 (ПФ) | Калорийность-271 | 39-10 |
| 200 | Чай с молоком | Калорийность-77 | 10-90 |
| 170 | Апельсин свежий" | Калорийность-87 | 39-63 |
| Итого за Полдник для групп продленного дня | | Калорийность-435 | 89-63 |

(2 смена) Обед 1-4 классы

| | | | |
|------------------------------------|--|------------------|--------|
| 200/10 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-150 | 33-85 |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 150/15 | Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/15 | Калорийность-190 | 29-81 |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-79 | 11-80 |
| 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-732 | 224-27 |

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

| | | | |
|---|--|--------------------|--------|
| 15/10/40 | Бутерброд с сыром, маслом (батон) | Калорийность-243 | 48-18 |
| 200 | Йогурт питьевой (в индивид. упаковке) | Калорийность-158 | 50-65 |
| 200 | Каша молочная геркулесовая с маслом 200 | Калорийность-311 | 29-34 |
| 200 | Какао с витамином С "Витошка" | Калорийность-97 | 21-35 |
| 200/10 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-150 | 33-85 |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 150/15 | Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/15 | Калорийность-190 | 29-81 |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-79 | 11-80 |
| 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-1 539 | 373-79 |

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

| | | | |
|--|--|--------------------|--------|
| 20/20/20 | Бутерброд с сыром,маслом (батон). | Калорийность-143 | 70-51 |
| 200 | Йогурт питьевой (в индивид. упаковке) | Калорийность-158 | 50-65 |
| 250 | Каша молочная геркулесовая с маслом 250 | Калорийность-273 | 34-43 |
| 200 | Какао с витамином С "Витошка" | Калорийность-97 | 21-35 |
| 250/20 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-226 | 59-00 |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 180/35 | Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/35 | Калорийность-230 | 45-79 |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-79 | 11-80 |
| 20 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек | Калорийность-48 | 1-93 |
| 20 | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином | Калорийность-45 | 1-86 |
| Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) | | Калорийность-1 518 | 442-34 |

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

| | | | |
|--|---|------------------|--------|
| 250/20 | Суп картофельный с горохом, курой | Калорийность-226 | 59-00 |
| 110 | Наггетсы куриные п/ф | Калорийность-220 | 145-02 |
| 180/35 | Макаронные изделия отварные/Огурец свежий | Калорийность-230 | 45-79 |
| 180/35 | | | |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-79 | 11-80 |
| 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-848 | | | 265-40 |

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

| | | | |
|---|--|------------------|--------|
| 60 | Филе куриное отварное 60 | Калорийность-105 | 80-68 |
| 150 | Каша геркулесовая вязкая с растительным маслом | Калорийность-169 | 6-61 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-51 | 3-30 |
| 220 | Апельсин свежий" | Калорийность-112 | 53-13 |
| 60 | Хлеб "Крестьянский" с Валетек | Калорийность-148 | 5-80 |
| Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-586 | | | 149-52 |

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

| | | | |
|---|-----------------------------------|------------------|--------|
| 30/50 | Бутерброд с сыром на черном хлебе | Калорийность-183 | 51-07 |
| 40 | Яйцо вареное | Калорийность-63 | 22-94 |
| 150 | Капуста тушеная (о. ч.) | Калорийность-88 | 20-90 |
| 200 | Чай без сахара | | 1-48 |
| 220 | Апельсин свежий" | Калорийность-112 | 53-13 |
| Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-447 | | | 149-52 |

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____