

Утверждаю директор МАОУ СОШ №157



Меню
Приятного аппетита!

26.03.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
150/50	Омлет натуральный/Зеленый горошек 150/50	Калорийность-249	96-53
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-29
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-666 149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	96-47
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
140	Яблоко свежее	Калорийность-126	27-05
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-821 176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	53-94
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	96-47
180/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/40	Калорийность-234	46-69
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
130	Мандарины свежие"	Калорийность-52	39-47
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-882 265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	96-47
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
140	Яблоко свежее	Калорийность-126	27-05
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-821 176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	43-15
70	Котлеты домашние запеченные 70	Калорийность-177	62-00
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-350	20-50
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-736 130-88

(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	92-14
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	30-67
200/10	Борщ "Краснодарский" курой.	Калорийность-110	40-83
80	Филе индейки отварное 80	Калорийность-62	135-08
150/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/30	Калорийность-298	36-63
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	30-67
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-987	428-36

Полдник для групп продленного дня

100	Манник "Тигренок"	Калорийность-383	35-64
200	*Чай фруктовый с сахаром	Калорийность-62	14-36
170	Апельсин свежий	Калорийность-68	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-513	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	43-15
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	88-23
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
130	Мандарины свежие"	Калорийность-52	39-47
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-834	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

150/50	Омлет натуральный/Зеленый горошек 150/50	Калорийность-249	96-53
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-29
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	43-15
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	88-23
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
130	Мандарины свежие"	Калорийность-52	39-47
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-1 499	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

200/50	Омлет натуральный/Зеленый горошек 200/50	Калорийность-317	120-16
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-29
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	53-94
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	96-47
180/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/40	Калорийность-234	46-69
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
130	Мандарины свежие"	Калорийность-52	39-47
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 709	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	53-94
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	96-47
180/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/40	Калорийность-234	46-69
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
130	Мандарины свежие"	Калорийность-52	39-47
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-882	265-40
<u>Завтрак 1-4 классы (БЛ)</u>			
90	Тефтели из свинины 90	Калорийность-299	59-75
150/50	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/50	Калорийность-195	50-52
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-29
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-80
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-704	124-36
<u>Завтрак 1-4 классы (ДТ)</u>			
20/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	35-11
60	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-84	28-00
235	Капуста тушеная со свиной	Калорийность-277	78-94
200	Чай без сахара		1-48
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-544	143-53

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____