



## Меню Приятного аппетита!

30.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
150/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/50	Калорийность-212	99-82
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
50	Слойка с Яблоком 50 (ПФ)	Калорийность-297	39-10
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-639
			149-52
<b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b>			
110	Биточек пикантный	Калорийность-179	96-98
200	Булгур с овощами.	Калорийность-230	33-93
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
50	Слойка с Яблоком 50 (ПФ)	Калорийность-297	39-10
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплексе 5-11 классы (базовый)			Калорийность-805
			176-94
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Борщ "Сибирский со сметаной, курой 250/10	Калорийность-128	38-79
110	Биточек пикантный	Калорийность-179	96-98
200	Булгур с овощами.	Калорийность-230	33-93
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-26
220	Банан *	Калорийность-92	66-65
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-786
			265-40
<b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>			
110	Биточек пикантный	Калорийность-179	96-98
200	Булгур с овощами.	Калорийность-230	33-93
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
50	Слойка с Яблоком 50 (ПФ)	Калорийность-297	39-10
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-805
			176-94
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200/10	Борщ "Сибирский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-116	34-25
90	Биточек пикантный .	Калорийность-177	79-89
120	Булгур рассыпчатый 120	Калорийность-191	11-37
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-583
			130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	32-17
150	Омлет натуральный	Калорийность-229	72-18
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	28-98
200/10	Суп из овощей курой	Калорийность-124	32-85
60	Филе индейки отварное 60	Калорийность-62	100-58
150	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным	Калорийность-211	51-49
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-26
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 025	373-79

**Полдник для групп продленного дня**

200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
50	Печенье (вес)	Калорийность-119	14-26
200	Яблоко свежее	Калорийность-120	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-315	89-63

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

200/10	Борщ "Сибирский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-116	34-25
100	Биточек пикантный.	Калорийность-179	88-75
150/40	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/40	Калорийность-187	45-75
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-26
19	Батончик злаковый (19 гр)		26-47
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-638	224-27

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

150/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/50	Калорийность-212	99-82
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
50	Слойка с Яблоком 50 (ПФ)	Калорийность-297	39-10
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
200/10	Борщ "Сибирский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-116	34-25
100	Биточек пикантный.	Калорийность-179	88-75
150/40	Булгур с овощами/Помидор свежий 150/40	Калорийность-187	45-75
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-26
19	Батончик злаковый (19 гр)		26-47
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-1 278	373-79

**Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)**

200/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 200/50	Калорийность-317	123-45
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
50	Слойка с Яблоком 50 (ПФ)	Калорийность-297	39-10
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
250/10	Борщ "Сибирский со сметаной, курой 250/10	Калорийность-128	38-79
110	Биточек пикантный	Калорийность-179	96-98
200	Булгур с овощами.	Калорийность-230	33-93
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-26
220	Банан *	Калорийность-166	66-65
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-1 696	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ "Сибирский со сметаной, курой 250/10	Калорийность-128	38-79
110	Биточек пикантный	Калорийность-179	96-98
200	Булгур с овощами.	Калорийность-230	33-93
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-26
220	Банан *	Калорийность-166	66-65
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-860			265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	22-94
180	Картофель отварной с растительным маслом (о. ч.)	Калорийность-184	35-34
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-00
220	Банан *	Калорийность-166	66-65
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-561			133-79

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/40	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/40)	Калорийность-240	115-62
200	Чай без сахара		1-48
50	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-124	4-65
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-364			121-75

Блюда готовят повара:

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

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_