



Меню Приятного аппетита!

04.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	---------------------	-------------------------------

Завтрак 1-4 классы

150/60	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/60	Калорийность-212	95-08
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-84
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60г (ПФ)	Калорийность-218	40-00
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-577	149-52

Комплекс 5-11 классы (базовый)

90	Люля-кебаб из свинины и курицы.	Калорийность-210	88-32
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
140	Нектарины свежие	Калорийность-172	36-71
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-754	176-94

Обед 5-11 классы

250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 250/10	Калорийность-168	54-29
110	Люля-кебаб из свинины и курицы	Калорийность-253	109-20
180/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/30	Калорийность-232	36-02
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
140	Нектарины свежие	Калорийность-172	36-71
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-1 016	265-40

Комплекс 5-11 классы (№2)

90	Люля-кебаб из свинины и курицы.	Калорийность-210	88-32
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
140	Нектарины свежие	Калорийность-172	36-71
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-754	176-94

Обед для групп продленного дня

210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-145	42-18
80/20	Котлета из филе кури с красным соусом	Калорийность-193	71-32
150	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	Калорийность-195	11-60
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-632	130-88

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

22-94

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	
200/40	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным/Огурец свежий	Калорийность-283	82-20
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-84
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
200	Рассольник ленинградский (о. ч)	Калорийность-94	24-21
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	94-27
150/30	Каша гречневая рассыпчатая/Огурец свежий 150/30	Калорийность-298	29-06
200	Напиток из вишни без сахара	Калорийность-9	22-13
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	25-28
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-887	334-21

Полдник для групп продленного дня

24-61

75	Шанезка с яблоками	Калорийность-220	25-39
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	39-63
200	Яблоко свежее	Калорийность-180	89-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-499	

(2 смена) Обед 1-4 классы

42-18

210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-145	88-32
90	Люля-кебаб из свинины и курицы.	Калорийность-210	24-59
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	25-39
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	40-00
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	1-93
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	224-27
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-990	

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

95-08

150/60	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/60	Калорийность-212	8-84
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	40-00
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	5-60
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	42-18
210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 200/10	Калорийность-145	88-32
90	Люля-кебаб из свинины и курицы.	Калорийность-210	27-81
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/20	Калорийность-191	25-39
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	36-71
140	Нектарины свежие	Калорийность-172	3-86
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	373-79
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1488	

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

95-08

150/60	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/60	Калорийность-212	8-84
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	40-00
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	2-80
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	35-74
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	54-29
250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 250/10	Калорийность-168	109-20
110	Люля-кебаб из свинины и курицы	Калорийность-253	45-89
200/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 200/50	Калорийность-264	25-39
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	23-18
120	Яблоко свежее	Калорийность-54	1-93
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	442-34
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1512	

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой 250/10	Калорийность-168	54-29
110	Ляля-кебаб из свинины и курицы	Калорийность-253	109-20
180/30	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/30	Калорийность-232	36-02
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
140	Нектарины свежие	Калорийность-172	36-71
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-1 016	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

90	Тефтели из свинины 90	Калорийность-299	60-39
150/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 150/20	Калорийность-191	27-81
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-84
50	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-83
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-677	101-87

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-84	18-85
235	Капуста тушеная со свининой	Калорийность-277	80-91
200	Чай без сахара	Калорийность-99	1-81
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-72
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-460	105-29

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____