



Меню Приятного аппетита!

07.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/20	Бутерброд с сыром на батоне	Калорийность-110	24-58
250	Каши молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-323	54-29
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
90	Фруктовое пюре в индивидуальной упаковке	Калорийность-90	64-00
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-627	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
250	Плов из филе индейки	Калорийность-415	114-92
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Яблоко свежее	Калорийность-72	30-91
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-715	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-35
270/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий (270/15)	Калорийность-463	153-78
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-60	1-93
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-924	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
250	Плов из филе индейки	Калорийность-415	114-92
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Яблоко свежее	Калорийность-144	30-91
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-787	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	38-22
235	Плов из филе индейки	Калорийность-380	86-88
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-603	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	81-47
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
200	Суп картофельный с макаронными изделиями без глютена	Калорийность-99	23-97
75	Филе куриное отварное 75	Калорийность-105	114-10
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	9-56
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	25-28
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 093	373-79

Полдник для групп продленного дня

100	Шанежка наливная	Калорийность-334	24-61
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
150	Апельсин свежий	Калорийность-60	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-457	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	38-22
250	Плов из филе индейки	Калорийность-415	114-92
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
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-892	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/20	Бутерброд с сыром на батоне	Калорийность-110	24-58
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом*	Калорийность-323	54-29
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
90	Фруктовое пюре в индивидуальной упаковке	Калорийность-90	64-00
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-80
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	38-22
250	Плов из филе индейки	Калорийность-415	114-92
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-79
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 521	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

30/50	Бутерброд с сыром (батон)	Калорийность-143	50-55
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом*	Калорийность-323	54-29
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-30
90	Фруктовое пюре в индивидуальной упаковке	Калорийность-90	64-00
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-80
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-35
270/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий (270/15)	Калорийность-463	153-78
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-60	1-93
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 585	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-35
270/15	Плов из филе индейки/Огурец свежий (270/15)	Калорийность-463	153-78
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-39
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-60	1-93
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-924	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

18/30	Бутерброд с джемом на хлебе (18/30)	Калорийность-84	15-34
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	36-04
150	Каша пшеничная вязкая с маслом растительным.	Калорийность-161	5-88
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-626	103-06

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

15/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	27-86
200	Каша молочная геркулесовая с маслом растительным без сахара	Калорийность-202	20-15
200	Чай без сахара		1-81
160	Нектарины свежие	Калорийность-196	41-95
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-582	91-77

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____