

Меню **Приятного аппетита!**

08.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
10/20	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-132	22-33
100/30	Пудинг творожный с молоком сгущенным.	Калорийность-312	93-49
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
140	Яблоко свежее	Калорийность-84	27-05
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-632	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Котлета рыбная из филе минтая 100	Калорийность-180	71-79
200/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 200/50 (о.ч.)	Калорийность-204	74-04
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
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-647	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп- лапша на курином бульоне с курой	Калорийность-142	40-34
120	Котлета рыбная из филе минтая	Калорийность-180	86-16
200/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 200/40 (о.ч.)	Калорийность-204	70-60
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-60	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 000	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Котлета рыбная из филе минтая 100	Калорийность-180	71-79
200/50	Картофельное пюре/Помидор свежий 200/50 (о.ч.)	Калорийность-204	74-04
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
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-647	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп- лапша на курином бульоне	Калорийность-116	35-66
70	Суфле рыбное "Витаминка" из минтая (п/ф)	Калорийность-104	54-77
120	Картофельное пюре(о.ч.)	Калорийность-108	32-81
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
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-472	130-88

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

100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	36-04
200	Рис припущенный "	Калорийность-270	17-14
200	Чай лимонный с сахаром	Калорийность-52	5-30
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
200/10	Суп из овощей курой	Калорийность-124	35-59
90	Шницель мясной из филе кури и свинины (без глютена)	Калорийность-223	95-30
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-141	43-33
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	25-28
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 053	308-65

Полдник для групп продленного дня

75	Булочка с изюмом глазированная	Калорийность-247	24-61
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
150	Нектарины свежие	Калорийность-184	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-531	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп- лапша на курином бульоне	Калорийность-116	35-66
100	Котлета рыбная из филе минтая 100	Калорийность-180	71-79
160	Картофельное пюре (160)	Калорийность-162	46-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-968	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

10/20	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-132	22-33
100/30	Пудинг творожный с молоком сгущенным.	Калорийность-312	93-49
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
140	Яблоко свежее	Калорийность-126	27-05
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-80
200/10	Суп- лапша на курином бульоне	Калорийность-116	35-66
100	Котлета рыбная из филе минтая 100	Калорийность-180	71-79
160	Картофельное пюре (160)	Калорийность-162	46-59
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 641	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

20/50	Бутерброд с маслом (батон)	Калорийность-281	45-02
100/30	Пудинг творожный с молоком сгущенным.	Калорийность-312	93-49
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
140	Яблоко свежее	Калорийность-84	27-05
40	Батон витаминизированный	Калорийность-105	5-60
250/10	Суп- лапша на курином бульоне с курой	Калорийность-142	40-34
120	Котлета рыбная из филе минтая	Калорийность-180	86-16
200/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 200/40 (о.ч.)	Калорийность-204	70-60
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	3-86
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 892	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп- лапша на курином бульоне с курой	Калорийность-142	40-34
120	Комплета рыбная из филе минтая	Калорийность-180	86-16
200/40	Картофельное пюре/Помидор свежий 200/40 (о.ч.)	Калорийность-204	70-60
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
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-988	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

250	Каши "Царская" с филе индейки 250	Калорийность-432	105-78
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-85
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-578	113-49

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

100	Салат "Витаминный" (морковь с яблоками и кукурузой) (о.ч.)	Калорийность-146	32-27
250	Каши "Царская" с филе индейки 250	Калорийность-432	105-78
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-68
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-72
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-679	147-45

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____