

Генерал Е. В.

**Меню
Приятного аппетита!**

10.09.2026

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

Завтрак 1-4 классы

150/60	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/60	Калорийность-212	95-50
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-70
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	39-72
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60

Итого за Завтрак 1-4 классы Калорийность-577

149-52

Комплекс 5-11 классы (базовый)

120	Кура запеченная	Калорийность-271	114-56
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-236	41-90
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-80

Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый) Калорийность-771

176-94

Обед 5-11 классы

250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой	Калорийность-144	41-80
120	Кура запеченная	Калорийность-271	114-56
180/60	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/60	Калорийность-238	47-04
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	39-74
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-72

Итого за Обед 5-11 классы Калорийность-1111

265-40

Комплекс 5-11 классы (№2)

120	Кура запеченная	Калорийность-271	114-56
180/50	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/50	Калорийность-236	41-90
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
60	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-143	5-80

Итого за Комплекс 5-11 классы (№2) Калорийность-771

176-94

Обед для групп продленного дня

200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой	Калорийность-127	34-60
90	Голубцы "Любительские" из филе кури	Калорийность-84	53-03
150	Картофель пикантный запеченный по-домашнему	Калорийность-128	36-12
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-71
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-482

131-25

(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	72-22
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-71
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	39-74
200/10	Суп из овощей курой	Калорийность-124	35-59
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	94-27
150	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным	Калорийность-211	51-55
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
Итого за (Ц) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-111	369-21

Полдник для групп продленного дня

75	Пирожки "Сладенькие"	Калорийность-248	38-99
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	11-01
200	Яблоко свежее	Калорийность-120	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-449	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой	Калорийность-127	34-60
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	96-14
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-197	35-32
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	39-74
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-885	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

150/60	Омлет натуральный/Огурец свежий 150/60	Калорийность-212	95-50
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-70
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	39-72
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой	Калорийность-127	34-60
100	Кура запеченная 100	Калорийность-229	96-14
150/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/40	Калорийность-197	35-32
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	39-74
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-1462	373-79

Комплексы 5-11 классы (завтрак и обед)

200/50	Омлет натуральный/Огурец свежий 200/50	Калорийность-317	118-00
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-70
60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	39-72
80	Батон витаминизированный*	Калорийность-230	10-52
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой	Калорийность-144	41-80
120	Кура запеченная	Калорийность-271	114-56
180/60	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/60	Калорийность-238	47-04
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
120	Мандарины свежие"	Калорийность-48	39-74
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-72
Итого за Комплексы 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 874	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курой	Калорийность-144	41-80
120	Кура запеченная	Калорийность-271	114-56
180/60	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/60	Калорийность-238	47-04
200	Компот из кураги	Калорийность-121	14-68
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	39-74
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-72
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 111	265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	22-94
180	Картофель отварной с растительным маслом (в. ч.)	Калорийность-184	41-27
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	8-70
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	39-74
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)		Калорийность-529	116-51

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

200/40	Омлет с зеленым горошком (запеченный)/Огурец свежий (200/40)	Калорийность-240	116-43
200	Чай без сахара		1-81
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-99	3-72
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-340	121-96

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпронизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____