

**Меню**  
**Приятного аппетита!**

16.09.2026

| Выход<br>(г)                                 | Наименование блюда                              | Калорийность (ккал) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>             |                                                 |                     |                               |
| 15/18/20                                     | Бутерброд с маслом, джемом на батоне (15/18/20) | Калорийность-179    | 44-98                         |
| 200                                          | Каша молочная мультизлаковая с маслом*          | Калорийность-270    | 47-20                         |
| 200                                          | Чай черный с вишней                             | Калорийность-62     | 14-80                         |
| 120                                          | Мандарины свежие*                               | Калорийность-48     | 39-74                         |
| 20                                           | Батон витаминизированный 20                     | Калорийность-52     | 2-80                          |
| Итого за Завтрак 1-4 классы                  |                                                 | Калорийность-612    | 149-52                        |
| <b><u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u></b> |                                                 |                     |                               |
| 90                                           | Стрипсы "Школьные".                             | Калорийность-213    | 109-17                        |
| 180                                          | Ризотто                                         | Калорийность-232    | 47-25                         |
| 200                                          | Чай черный с вишней                             | Калорийность-62     | 14-80                         |
| 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-671    | 176-94                        |
| <b><u>Обед 5-11 классы</u></b>               |                                                 |                     |                               |
| 250/10                                       | Суп сливочный с курой, гренками                 | Калорийность-162    | 55-24                         |
| 100                                          | Стрипсы "Школьные"                              | Калорийность-233    | 122-92                        |
| 180/30                                       | Ризотто/Огурец свежий                           | Калорийность-236    | 56-31                         |
| 200                                          | Напиток ягодный из вишни                        | Калорийность-99     | 25-21                         |
| 40                                           | Хлеб "Крестьянский" с Валетек.                  | Калорийность-119    | 3-86                          |
| 20                                           | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                 | Калорийность-45     | 1-86                          |
| Итого за Обед 5-11 классы                    |                                                 | Калорийность-894    | 265-40                        |
| <b><u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u></b>      |                                                 |                     |                               |
| 90                                           | Стрипсы "Школьные".                             | Калорийность-213    | 109-17                        |
| 180                                          | Ризотто                                         | Калорийность-232    | 47-25                         |
| 200                                          | Чай черный с вишней                             | Калорийность-62     | 14-80                         |
| 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-671    | 176-94                        |
| <b><u>Обед для групп продленного дня</u></b> |                                                 |                     |                               |
| 200/10                                       | Суп сливочный с курой, гренками                 | Калорийность-193    | 44-75                         |
| 235                                          | Плов из филе кури 235                           | Калорийность-346    | 80-46                         |
| 200                                          | Чай с сахаром                                   | Калорийность-51     | 3-74                          |
| 20                                           | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                   | Калорийность-48     | 1-93                          |
| Итого за Обед для групп продленного дня      |                                                 | Калорийность-638    | 130-88                        |

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

|                                                    |                                                      |                  |        |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------|--------|
| 100                                                | Салат из свежих помидоров и огурцов                  | Калорийность-134 | 36-04  |
| 150                                                | Греча рассыпчатая с овощами                          | Калорийность-222 | 11-42  |
| 200                                                | Чай черный с вишней                                  | Калорийность-62  | 14-80  |
| 20                                                 | Хлебцы безглютеновые                                 | Калорийность-3   | 25-28  |
| 200                                                | Суп картофельный с макаронными изделиями без глютена | Калорийность-99  | 23-97  |
| 100                                                | Кура отварная* (п/ф)                                 | Калорийность-164 | 94-08  |
| 150/30                                             | Рис припущенный/Огурец свежий 150/30                 | Калорийность-174 | 24-50  |
| 200                                                | Напиток ягодный из вишни                             | Калорийность-99  | 25-21  |
| 20                                                 | Хлебцы безглютеновые                                 | Калорийность-7   | 25-28  |
| Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед) |                                                      | Калорийность-963 | 280-58 |

**Полдник для групп продленного дня**

|                                            |                                |                  |       |
|--------------------------------------------|--------------------------------|------------------|-------|
| 75                                         | Булочка с изюмом глазированная | Калорийность-247 | 24-79 |
| 200                                        | Напиток ягодный из вишни       | Калорийность-99  | 25-21 |
| 150                                        | Апельсин свежий"               | Калорийность-77  | 39-63 |
| Итого за Полдник для групп продленного дня |                                | Калорийность-423 | 89-63 |

**(2 смена) Обед 1-4 классы**

|                                    |                                 |                  |        |
|------------------------------------|---------------------------------|------------------|--------|
| 200/10                             | Суп сливочный с курой,гренками  | Калорийность-193 | 44-75  |
| 90                                 | Стрипсы "Школьные"              | Калорийность-213 | 109-17 |
| 150/15                             | Ризотто /Огурец свежий          | Калорийность-258 | 41-35  |
| 200                                | Напиток ягодный из вишни        | Калорийность-99  | 25-21  |
| 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-857 | 224-27 |

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

|                                               |                                                 |                    |        |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------|--------|
| 15/18/20                                      | Бутерброд с маслом, джемом на батоне (15/18/20) | Калорийность-179   | 44-98  |
| 200                                           | Каши молочная мультизлаковая с маслом*          | Калорийность-270   | 47-20  |
| 200                                           | Чай черный с вишней                             | Калорийность-62    | 14-80  |
| 120                                           | Мандарины свежие                                | Калорийность-119   | 39-74  |
| 20                                            | Батон витаминизированный 20                     | Калорийность-52    | 2-80   |
| 200/10                                        | Суп сливочный с курой,гренками                  | Калорийность-193   | 44-75  |
| 90                                            | Стрипсы "Школьные"                              | Калорийность-213   | 109-17 |
| 150/15                                        | Ризотто /Огурец свежий                          | Калорийность-258   | 41-35  |
| 200                                           | Напиток ягодный из вишни                        | Калорийность-99    | 25-21  |
| 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-1 539 | 373-79 |

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

|                                                |                                                 |                    |        |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------|--------|
| 15/18/20                                       | Бутерброд с маслом, джемом на батоне (15/18/20) | Калорийность-179   | 44-98  |
| 250                                            | Каши молочная мультизлаковая с маслом*          | Калорийность-323   | 53-37  |
| 200                                            | Чай черный с вишней                             | Калорийность-62    | 14-80  |
| 120                                            | Мандарины свежие                                | Калорийность-119   | 39-74  |
| 20                                             | Батон витаминизированный 20                     | Калорийность-52    | 2-80   |
| 250/10                                         | Суп сливочный с курой, гренками                 | Калорийность-162   | 55-24  |
| 100                                            | Стрипсы "Школьные"                              | Калорийность-233   | 122-92 |
| 180/30                                         | Ризотто/Огурец свежий                           | Калорийность-236   | 56-31  |
| 200                                            | Напиток ягодный из вишни                        | Калорийность-99    | 25-21  |
| 120                                            | Яблоко свежее                                   | Калорийность-54    | 23-18  |
| 20                                             | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                   | Калорийность-48    | 1-93   |
| 20                                             | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                 | Калорийность-45    | 1-86   |
| Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед) |                                                 | Калорийность-1 612 | 442-34 |

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

|        |                                 |                  |        |
|--------|---------------------------------|------------------|--------|
| 250/10 | Суп сливочный с курой, гречками | Калорийность-162 | 55-24  |
| 100    | Стрипсы "Школьные"              | Калорийность-233 | 122-92 |
| 180/30 | Ризотто/Огурец свежий           | Калорийность-236 | 56-31  |
| 200    | Напиток ягодный из вишни        | Калорийность-99  | 25-21  |
| 40     | Хлеб "Крестьянский" с Валетек.  | Калорийность-119 | 3-86   |
| 20     | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином | Калорийность-45  | 1-86   |

Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-894 265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

|     |                                                                |                  |       |
|-----|----------------------------------------------------------------|------------------|-------|
| 60  | Салат "Витаминный" из белокочанной капусты с яблоками (о.ч) 60 | Калорийность-113 | 11-01 |
| 50  | Филе индейки отварное 50                                       | Калорийность-62  | 97-81 |
| 150 | Каша ячневая вязкая с маслом растительным                      | Калорийность-175 | 5-58  |
| 200 | Чай черный с вишней                                            | Калорийность-62  | 14-80 |
| 40  | Хлеб "Крестьянский" с Валетек                                  | Калорийность-95  | 3-86  |

Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-507 133-06

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

|       |                                                          |                  |       |
|-------|----------------------------------------------------------|------------------|-------|
| 40    | Яйцо вареное                                             | Калорийность-63  | 22-94 |
| 200   | Каша молочная гречневая с маслом растительным без сахара | Калорийность-280 | 23-71 |
| 200/7 | Чай с лимоном ( без сахара)                              | Калорийность-2   | 5-68  |
| 120   | Мандарины свежие                                         | Калорийность-119 | 39-74 |
| 40    | Хлеб "Чусовской" с йодоказеином                          | Калорийность-99  | 3-72  |

Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-564 95-79

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки -

мясные блюда -

мучные изделия -

Завпроизводством -

Бухгалтер-калькулятор -