



Меню Приятного аппетита!

02.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
125	Йогурт фруктовый	Калорийность-150	39-48
200	Каша молочная пшеничная с изюмом и с маслом***	Калорийность-302	42-24
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
180	Груша свежая	Калорийность-76	54-65
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-659 149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	112-63
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/50	Калорийность-220	47-88
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
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-635 176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Калорийность-125	38-61
110	Индейка по-мексикански*	Калорийность-169	123-36
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/50	Калорийность-220	47-88
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
50	Слойка с Клубникой 50 (ПФ)	Калорийность-255	39-12
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-1 014 265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	112-63
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/50	Калорийность-220	47-88
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
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-635 176-94
<u>Обед для группы продленного дня</u>			
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками 200/10	Калорийность-105	31-77
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	71-25
150	Булгур рассыпчатый	Калорийность-191	16-52
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед для группы продленного дня			Калорийность-576 130-88

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

10/10	Бутерброд с маслом на безглютеновом хлебе	Калорийность-191	32-17
200	Каша молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом 200	Калорийность-280	32-27
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	28-98
200/10	Суп из овощей курой	Калорийность-124	35-62
90	Комплетта из филе кур (без глютена)	Калорийность-120	104-92
150	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-88	24-32
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
Итого за (Ц) Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 032	301-82

Полдник для групп продленного дня

100	Булочка ванильная глазированная	Калорийность-347	39-29
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
200	Яблоко свежее	Калорийность-180	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-609	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Калорийность-105	31-77
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	112-63
150/30	Булгур рассыпчатый/ Огурец свежий	Калорийность-191	26-25
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
50	Слойка с Клубничкой 50 (ПФ)	Калорийность-255	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 1-4 классы		Калорийность-895	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

125	Йогурт фруктовый	Калорийность-150	39-48
200	Каша молочная пшеница с изюмом и с маслом***	Калорийность-302	42-24
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
180	Груша свежая	Калорийность-76	54-65
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Калорийность-105	31-77
100	Индейка по-мексикански.	Калорийность-169	112-63
150/30	Булгур рассыпчатый/ Огурец свежий	Калорийность-191	26-25
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	10-71
50	Слойка с Клубничкой 50 (ПФ)	Калорийность-255	39-12
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 554	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

125	Йогурт фруктовый	Калорийность-150	39-48
250	Каша молочная пшеница с изюмом и с маслом***	Калорийность-364	48-20
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
180	Груша свежая	Калорийность-76	54-65
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-60
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Калорийность-125	38-61
110	Индейка по-мексикански*	Калорийность-169	123-36
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий	Калорийность-220	47-88
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-96
50	Слойка с Клубничкой 50 (ПФ)	Калорийность-255	39-12
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплексе 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 613	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	Калорийность-125	
110	Индейка по-мексикански*		Калорийность-169	38-61
180/50	Булгур с овощами /Огурец свежий	180/50	Калорийность-220	123-36
200	Напиток из кураги		Калорийность-82	47-88
50	Слойка с Клубникой 50 (ПФ)		Калорийность-255	10-71
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.		Калорийность-119	39-12
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином		Калорийность-45	3-86
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 014	1-86
				263-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

50	Филе куриное отварное 50		Калорийность-62	
180	Каша рисовая вязкая		Калорийность-161	75-44
200	Чай лимонный с сахаром*		Калорийность-53	8-02
180	Груша свежая		Калорийность-76	7-55
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-98	54-65
Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ)			Калорийность-451	3-86
				149-52

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

15/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе		Калорийность-183	
150/20	Булгур с овощами/Огурец свежий 150/20		Калорийность-181	26-47
200/7	Чай с лимоном (без сахара)		Калорийность-2	34-16
180	Груша свежая		Калорийность-76	5-63
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)			Калорийность-443	54-65
				120-91

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки -

мясные блюда -

мучные изделия -

Завпроизводством -

Бухгалтер-калькулятор -