

Пруткин Е.И.

Меню Приятного аппетита!

05.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/20	Бутерброд с сыром на батоне	Калорийность-110	24-72
200	Каша молочная мультизлаковая с маслом*	Калорийность-270	48-15
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
90	Фруктовое пюре в индивидуальной упаковке	Калорийность-90	66-20
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-90
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-576 149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
250	Плов из филе индейки	Калорийность-415	118-72
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-706 176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-85
250/20	Плов из филе индейки /Огурец свежий 250/20	Калорийность-418	124-62
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
230	Банан *	Калорийность-97	66-65
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-09
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-884 265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
250	Плов из филе индейки	Калорийность-415	118-72
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-706 176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	38-32
235	Плов из филе индейки	Калорийность-380	86-83
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-68
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-603 130-88

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

40	Яйцо вареное	Калорийность-63	23-56
200/40	Макаронные изделия безглютеновые отварные с маслом растительным/Огурец свежий	Калорийность-283	81-33
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-85
50	Филе куриное отварное 50	Калорийность-62	81-52
150	Греча рассыпчатая с овощами	Калорийность-222	11-39
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	28-98
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-7	25-28
Итого за (II) Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 034	352-95

Полдник для групп продленного дня

75	Булочка ванильная глазированная	Калорийность-254	24-79
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
150	Апельсин свежий"	Калорийность-77	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-394	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	38-32
250/30	Плов из филе индейки /Огурец свежий 250/30	Калорийность-419	127-73
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-834	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/20	Бутерброд с сыром на батоне	Калорийность-110	24-72
200	Каша молочная мультизлаковая с маслом*	Калорийность-270	48-15
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
90	Фруктовое пюре в индивидуальной упаковке	Калорийность-90	66-20
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-90
200/10	Суп из овощей со сметаной, курой	Калорийность-124	38-32
250/30	Плов из филе индейки /Огурец свежий 250/30	Калорийность-419	127-73
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	28-98
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 410	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

30/30	Бутерброд с сыром (батон*)	Калорийность-173	48-00
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом*	Калорийность-323	54-27
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
90	Фруктовое пюре в индивидуальной упаковке	Калорийность-90	66-20
20	Батон витаминизированный 20	Калорийность-52	2-90
250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-85
250/20	Плов из филе индейки /Огурец свежий 250/20	Калорийность-418	124-62
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
230	Банан *	Калорийность-174	66-65
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	4-09
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 608	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп из овощей со сметаной, курой 250/10	Калорийность-142	42-85
250/20	Плов из филе индейки /Огурец свежий 250/20	Калорийность-418	124-62
200	Напиток ягодный из черной смородины	Калорийность-63	25-21
230	Банан *	Калорийность-174	66-65
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	4-09
20	Хлеб "Чусовской" с йодокатионом	Калорийность-45	1-98

Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый) Калорийность-961 265-40

Завтрак 1-4 классы (БЛ)

18/30	Бутерброд с джемом на хлебе (18/30)	Калорийность-84	15-51
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-134	35-10
150	Кашиш пшеничная вязкая с маслом растительным.	Калорийность-161	5-73
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
230	Банан *	Калорийность-97	66-65

Итого за Завтрак 1-4 классы (БЛ) Калорийность-529 130-54

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

15/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	26-77
200	Кашиш молочная геркулесовая с маслом растительным без сахара	Калорийность-202	20-22
200	Чай без сахара		1-76
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	28-98

Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ) Калорийность-521 77-73

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки -

мясные блюда -

мучные изделия -

Завпроизводством -

Бухгалтер-калькулятор -