



Меню Приятного аппетита!

09.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
200	Каша молочная "Ассорти" (рис, греча) с маслом*	Калорийность-317	42-46
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
130	Мандарины свежие	Калорийность-129	43-06
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-736	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	76-28
180	Картофель пикантный запеченный по-домашнему	Калорийность-158	43-13
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	4-09
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-922	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Салатка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	53-45
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	76-28
150/15	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-131	39-10
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
130	Мандарины свежие	Калорийность-129	43-06
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 084	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	76-28
180	Картофель пикантный запеченный по-домашнему	Калорийность-158	43-13
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Яблоком 50 (ПФ)	Калорийность-297	39-12
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек.	Калорийность-119	4-09
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-948	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
210	Салатка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	46-27
80	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-226	61-76
130	Макаронные изделия отварные	Калорийность-160	17-12
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-639	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, кукуруза) с маслом.	Калорийность-192	29-54
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
130	Мандарины свежие	Калорийность-129	43-06
200/10	Салатка по - студенчески с курой (безмолочное блюдо)	Калорийность-144	44-02
90	Фрикадельки мясные из филе индейки и свинины (без глютена)	Калорийность-248	103-14
150	Картофель отварной (о. ч.)	Калорийность-157	42-35
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
20	Хлебцы безглютеновые	Калорийность-3	25-28
Итого за (Ц) Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 195	339-45

Полдник для групп продленного дня

60	Кейк "Маффин шоколадный" 60гр (ПФ)	Калорийность-218	37-66
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
200	Яблоко свежее"	Калорийность-90	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-387	89-63

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Салатка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	46-27
90	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-224	69-39
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	53-12
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
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-982	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
200	Каша молочная "Ассорти" (рис, греча) с маслом*	Калорийность-317	42-46
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
130	Мандарины свежие	Калорийность-129	43-06
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	5-80
210	Салатка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	46-27
90	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-224	69-39
180/30	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-162	53-12
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-98
Итого за Комплексе 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 717	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

15/20	Бутерброд с маслом (батон)	Калорийность-191	32-19
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
250	Каши молочная "Ассорти"(рис, греча) с маслом ***	Калорийность-346	47-77
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
130	Мандарины свежие	Калорийность-129	43-06
250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	53-45
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	76-28
180/20	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/Помидор свежий 180/20	Калорийность-162	50-72
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
130	Яблоко свежее	Калорийность-58	25-12
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-119	4-09
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 993	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	53-45
100	Тефтели " Русские " из филе кури и свинины	Калорийность-250	76-28
150/15	Картофель пикантный запеченный по-домашнему/ Огурец свежий	Калорийность-131	39-10
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	12-34
50	Слойка с Малиной 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-12
130	Мандарины свежие	Калорийность-129	43-06
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	2-05
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 084	265-40

Завтрак 1-4 классы (Б/Л)

60	Салат из свеклы (о.ч.).	Калорийность-78	12-83
50	Филе индейки отварное 50	Калорийность-62	97-81
200	Каши рисовая вязкая с растительным маслом	Калорийность-203	9-57
200	Чай лимонный с сахаром*	Калорийность-53	7-55
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	3-07
Итого за Завтрак 1-4 классы (Б/Л)		Калорийность-470	130-83

Завтрак 1-4 классы (ДТ)

15/50	Бутерброд с сыром на черном хлебе	Калорийность-183	26-77
200	Каши "Янтарная" (пшено с яблоками) с растительным маслом без сахара	Калорийность-257	39-36
200/7	Чай с лимоном (без сахара)	Калорийность-2	5-63
100	Яблоко свежее	Калорийность-90	19-32
Итого за Завтрак 1-4 классы (ДТ)		Калорийность-533	91-08

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки -

мясные блюда -

мучные изделия -

Завпроизводством -

Бухгалтер-калькулятор -