

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3



**Меню**  
**Приятного аппетита!**

25.02.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Свободный выбор</u>			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-151	55-56
100	Салат из свежих помидоров 100	Калорийность-70	38-77
250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	48-56
100	Котлета "Полтавская" 100	Калорийность-266	108-78
90	Котлеты «Полтавские»	Калорийность-440	110-58
200	Картофель запеченный	Калорийность-201	45-26
180	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-141	28-46
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-53
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
2	Чай пакетированный без сахара	Калорийность-57	7-18
200	Чай пакетированный с сахаром	Калорийность-57	8-99
200	Чай пакетированный с сахаром и лимоном	Калорийность-59	12-56
100	Булочка домашняя	Калорийность-378	38-13
100	Булочка с корицей	Калорийность-416	53-26

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - \_\_\_\_\_

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - Семасова

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3



## Меню Приятного аппетита!

25.02.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1-4 классы</u></b>			
20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	53-49
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-289	45-24
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
120	Мандарины свежие"	Калорийность-48	36-43
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-566	149-52
<b><u>Комплексе 5-11 классы (базовый)</u></b>			
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	111-06
180	Ризотто	Калорийность-309	49-59
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплексе 5-11 классы (базовый)		Калорийность-652	176-94
<b><u>Обед 5-11 классы</u></b>			
250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	48-56
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	111-06
180/40	Ризотто/Огурец свежий (180/40)	Калорийность-313	76-95
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-915	265-40
<b><u>Комплексе 5-11 классы (№2)</u></b>			
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	111-06
180	Ризотто	Калорийность-309	49-59
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Комплексе 5-11 классы (№2)		Калорийность-652	176-94
<b><u>Обед для групп продленного дня</u></b>			
200	Солянка по - студенчески со сметаной	Калорийность-154	24-79
100	Гуляш из филе кури 100	Калорийность-132	69-67
150/25	Рис "Золотистый"/Огурец свежий (150/25)	Калорийность-218	29-33
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-30
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-647	130-88
<b><u>Полдник для групп продленного дня</u></b>			
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-53
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-429	89-63
<b><u>(2 смена) Обед 1-4 классы</u></b>			
200/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	42-32
90	Стрипсы "Школьные".	Калорийность-213	98-41
150/20	Ризотто/Огурец свежий	Калорийность-258	54-71
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
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-817	224-27

96

94

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	53-49
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-289	45-24
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
120	Мандарины свежие"	Калорийность-48	36-43
200/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой.	Калорийность-154	42-32
90	Стрипсы "Школьные" .	Калорийность-213	98-41
150/20	Ризотто/Огурец свежий	Калорийность-258	54-71
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
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)			373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

20/30	Бутерброд с маслом на батоне	Калорийность-236	41-81
250	Каша молочная мультизлаковая с маслом	Калорийность-289	45-24
200	Чай черный с вишней	Калорийность-62	14-36
120	Мандарины свежие"	Калорийность-48	36-43
250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	48-56
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	111-06
180/40	Ризотто/Огурец свежий (180/40)	Калорийность-313	76-95
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Солянка по - студенчески со сметаной, курой	Калорийность-177	48-56
100	Стрипсы "Школьные"	Калорийность-233	111-06
180/40	Ризотто/Огурец свежий (180/40)	Калорийность-313	76-95
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-04
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			265-40

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - \_\_\_\_\_

мясные блюда - \_\_\_\_\_

Хлебные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - Чусов \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_