

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	Калорийность-105	27-95
100	Поджарка из свинины		Калорийность-437	113-10
150	Картофель по-деревенски с паприкой		Калорийность-164	36-89
200	Чай с сахаром		Калорийность-51	3-44
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-45	1-86
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-1 120	224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.		Калорийность-167	52-44
250	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом	250	Калорийность-317	37-28
200	Чай черный фруктово-ягодный		Калорийность-62	14-50
140	Мандарины свежие		Калорийность-56	42-50
20	Батон витаминизированный		Калорийность-52	2-80
200/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	Калорийность-105	27-95
100	Поджарка из свинины		Калорийность-437	113-10
150	Картофель по-деревенски с паприкой		Калорийность-164	36-89
200	Чай с сахаром		Калорийность-51	3-44
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-45	1-86
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 774	373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

20/20/50	Бутерброд с сыром, маслом (батон*)		Калорийность-351	79-99
250	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом	250	Калорийность-317	37-28
200	Чай черный фруктово-ягодный		Калорийность-62	14-50
140	Мандарины свежие		Калорийность-56	42-50
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	Калорийность-125	34-22
100	Поджарка из свинины		Калорийность-437	113-10
180/35	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий	180/35	Калорийность-200	62-25
200	Компот из свежих яблок		Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)		Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином		Калорийность-90	3-72
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-95	3-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-2 113	442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	Калорийность-125	34-22
100	Поджарка из свинины		Калорийность-437	113-10
180/30	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий		Калорийность-200	59-58
200	Компот из свежих яблок		Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)		Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек		Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином		Калорийность-90	3-72
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 327	265-40

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - Исмаилов

Бухгалтер-калькулятор - _____

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3

Григорьев



Меню Приятного аппетита!

03.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Свободный выбор</u>			
100	Салат из свеклы с сыром (о. ч)	Калорийность-221	37-58
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-157	45-72
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Калорийность-125	34-22
100	Котлета "Пожарская" 100	Калорийность-266	108-78
90	Котлеты «Полтавские»	Калорийность-440	110-58
180	Картофель по-деревенски с паприкой.	Калорийность-196	42-98
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
200	Компот из апельсинов с яблоками	Калорийность-135	19-22
2	Чай пакетированный без сахара	Калорийность-57	7-18
200	Чай пакетированный с сахаром	Калорийность-57	9-13
200	Чай пакетированный с сахаром и лимоном	Калорийность-59	13-30
100	Булочка домашняя	Калорийность-378	38-34
100	Булочка с корицей	Калорийность-416	50-89

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - Миссияева

Бухгалтер-калькулятор - _____

Утверждено директор МАОУ Лицей №3

Тесляева



Меню Приятного аппетита!

03.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
20/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	52-44
250	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом 250	Калорийность-317	37-28
200	Чай черный фруктово-ягодный	Калорийность-62	14-50
140	Мандарины свежие	Калорийность-56	42-50
20	Батон витаминизированный	Калорийность-52	2-80
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-654	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-10
180/20	Картофель по-деревенски с паприкой/ Огурец свежий	Калорийность-199	54-68
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
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-851	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп-юре из разных овощей с гренками 250/10	Калорийность-125	34-22
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-10
180/30	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий	Калорийность-200	59-58
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
40	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-90	3-72
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 327	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Поджарка из свинины	Калорийность-437	113-10
180/20	Картофель по-деревенски с паприкой/ Огурец свежий	Калорийность-199	54-68
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
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-851	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп-юре из разных овощей с гренками 200/10	Калорийность-105	27-95
90	Тефтели из филе кури и свинины 90	Калорийность-240	60-67
150	Картофель по-деревенски с паприкой	Калорийность-164	36-89
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-608	130-88
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	51-45
100	Булочка ванильная глазированная	Калорийность-347	38-18
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-505	89-63