

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	42-97
150/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/25	Калорийность-194	88-20
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	35-07
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	25-26
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	28-98
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-93
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-885
			224-27

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

150/50	Омлет натуральный/Зеленый горошек 150/50	Калорийность-249	
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	96-39
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	8-43
40	Батон витаминизированный 40	Калорийность-79	39-10
200/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой.	Калорийность-110	5-60
100	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-254	42-97
150/25	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 150/25	Калорийность-194	88-20
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	35-07
150	Яблоко свежее	Калорийность-135	25-26
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	28-98
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-93
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 551
			373-79

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

200/50	Омлет натуральный/Зеленый горошек 200/50	Калорийность-317	
200	Чай с шиповником и сахаром	Калорийность-68	121-01
50	Слойка с Клубникой 50 (ПФ)	Калорийность-255	8-43
60	Батон витаминизированный	Калорийность-157	39-10
250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	8-40
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	53-68
180/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/40	Калорийность-234	96-82
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	46-75
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	25-26
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	28-98
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-93
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 897
			442-34

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Борщ "Краснодарский" со сметаной, курой	Калорийность-127	
110	Котлеты домашние запеченные	Калорийность-278	53-68
180/40	Макаронные изделия отварные/Помидор свежий 180/40	Калорийность-234	96-82
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	46-75
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	25-26
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	28-98
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-93
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 101
			265-40

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - Тессаева

Бухгалтер-калькулятор - _____

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3

Полтавская



Меню Приятного аппетита!

09.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Свободный выбор</u>			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-151	45-72
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-157	45-72
250/10	Борщ "Краснодарский" курой	Калорийность-117	51-47
100	Котлета "Полтавская" 100	Калорийность-266	108-78
90	Котлеты «Полтавские»	Калорийность-440	110-58
200	Картофель запеченный	Калорийность-201	49-73
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-59
180	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-141	28-69
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-26
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
75	Пирожок печеный с мясом, рисом	Калорийность-254	51-70

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - *Семасова*

Бухгалтер-калькулятор - _____