

**(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	113-21
150	Картофель по-деревенски с паприкой		Калорийность-164	36-78
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)**

15/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.		Калорийность-167	46-90
200	Каши молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом 200		Калорийность-255	32-19
200	Чай черный с вишней		Калорийность-62	14-50
220	Апельсин свежий"		Калорийность-112	53-13
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	113-21
150	Картофель по-деревенски с паприкой		Калорийность-164	36-78
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-1 769

373-79

**Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)**

20/15/40	Бутерброд с сыром, маслом (батон)		Калорийность-298	67-00
250	Каши молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом 250		Калорийность-317	38-52
200	Чай черный с вишней		Калорийность-62	14-50
220	Апельсин свежий"		Калорийность-88	53-13
250/10	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	Калорийность-125	34-22
100	Поджарка из свинины		Калорийность-437	113-21
180/40	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий 180/40		Калорийность-200	63-26
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-2 092

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	113-21
180/40	Картофель по-деревенски с паприкой/Огурец свежий 180/40		Калорийность-200	63-26
200	Компот из свежих яблок		Калорийность-109	11-82
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 5-11 классы (базовый) Калорийность-1 234

265-40

Блюда готовят повара:

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

мясные блюда - \_\_\_\_\_

мучные изделия - \_\_\_\_\_

Завпроизводством - \_\_\_\_\_

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_

*Селезнева*

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3

*Генералова*



## Меню Приятного аппетита!

17.04.2026

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	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Калорийность-125	34-22
100	Котлета "Пожарская" 100	Калорийность-266	106-08
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
180	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-141	28-69
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-109	11-82
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
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
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 - *Генералова*

Бухгалтер-калькулятор - \_\_\_\_\_

