

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3



Меню Приятного аппетита!

29.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/10/20	Бутерброд с сыром, маслом на батоне.	Калорийность-167	45-54
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	52-50
200	Каша молочная геркулесовая с маслом 200	Калорийность-311	30-04
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-44
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-732	149-52
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
110	Наггетсы куриные п/ф	Калорийность-220	145-02
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-69
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-589	176-94
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	41-56
110	Наггетсы куриные п/ф	Калорийность-220	145-02
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий	Калорийность-228	34-04
180/20			
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-94
150	Яблоко свежее "	Калорийность-67	28-98
40	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-95	3-86
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-830	265-40
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
110	Наггетсы куриные п/ф	Калорийность-220	145-02
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-225	24-69
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-44
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-93
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-45	1-86
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-589	176-94
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200/10	Суп картофельный с горохом, курой	Калорийность-150	35-27
100	Мясо свинины тушеное 100	Калорийность-272	69-71
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-188	20-53
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-709	130-88
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
50	Слойка с Вишней 50 (ПФ)	Калорийность-271	39-10
180	Напиток из шиповника.	Калорийность-79	10-90
170	Апельсин свежий"	Калорийность-87	39-63
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-437	89-63

Утверждаю директор МАОУ Лицей №3

Лешкасова



Меню Приятного аппетита!

29.04.2026

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
Свободный выбор			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-151	42-46
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-157	42-59
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-157	42-59
250/10	Суп картофельный с горохом, курой*(о.ч)	Калорийность-141	41-56
110	Наггетсы куриные п/ф	Калорийность-220	145-02
100	Котлета "Пожарская" 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
200	Напиток из шиповника	Калорийность-79	11-91
2	Чай пакетированный без сахара	Калорийность-57	7-18
200	Чай пакетированный с сахаром	Калорийность-57	9-11
200	Чай пакетированный с сахаром и лимоном	Калорийность-59	13-27
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	35-74
100	Булочка ванильная глазированная	Калорийность-347	38-50
100	Булочка домашняя	Калорийность-378	38-31

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - *Лешкасова*

Бухгалтер-калькулятор - _____