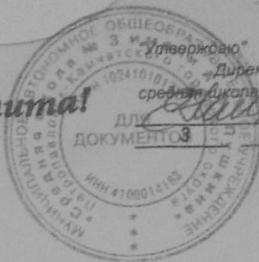


приятного аппетита!



Утверждено
 Директор МАОУ
 средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина
 Паламарчук Е.В.
 для ДОКУМЕНТА 3
 мая 2024 год



меню школьника

Наименование блюда Завтрак

для 1-4 классов

для 5-11 классов

выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Биточек "Морской" (из филе минтая) с соусом сметанным 100/30	130	41,06	196,09	150	46,97	231,4
Картофель отварной	150	16,97	168,16	200	18,25	143,22
Хлеб пшеничный	40	4,85	94	40	4,85	94
Банан	200	53,43	192	200	53,43	192
Чай с шиповником 200/11	200	2,72	53,93	200	2,72	53,93
итого завтрак	720	119,03	704,18	790	126,22	714,55

Обед

выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	60	56,48	59,53	100	78,48	99,22
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной 200/15/10	225	26,01	147,93	275	27,78	172,81
Пельмени мясные отварные с маслом 240/5	245	98,61	483,83	285	104,79	559,42
Компот из черной смородины 200/11	200	10,13	52,69	200	10,13	52,69
Хлеб пшеничный	50	6,25	117,5	60	7,5	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,34	39,6	30	3,21	59,4
итого обед	800	199,82	901,08	950	231,89	1084,5

Полдник

выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Ватрушка с творогом	75	47,18	261,29			
Чай с сахаром и лимоном	200	3,57	47,79			
Груша	100	53,23	47			
итого полдник	375	103,98	356,08	0	0,00	0
Итого за день ккал			1961			1799

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством _____

