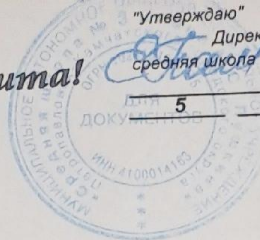


приятного аппетита!

"Утверждаю"  
 Директор МАОУ  
 средняя школа №3 имени А.С. Пушкина  
 Паламарчук Е.В.



5 февраля 2025 год



# меню школьника

## Наименование блюд Завтрак

Наименование блюд	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	47,33	196,09	150	51,69	231,4
Картофель отварной	150	14,14	143,22	180	15,84	168,16
Хлеб пшеничный	40	5,93	94	40	5,93	94
Банан	220	53,83	211,2	200	53,83	211,2
Чай с шиповником 200/11	200	3,01	53,93	200	3,01	53,93
<b>итого завтрак</b>	<b>740</b>	<b>124,24</b>	<b>698,44</b>	<b>770</b>	<b>130,30</b>	<b>758,69</b>

## Обед

Наименование блюд	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из свеклы с чесноком и сыром	60	40,62	70,6	100	55,32	117,66
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной 200/15/10	225	26,88	147,93	275	30,07	172,81
Пельмени мясные отварные с маслом 240/5	245	115,12	483,83	285	128,04	559,42
Компот из черной смородины 200/11	200	10,18	52,69	200	10,18	52,69
Хлеб пшеничный	50	7,20	117,5	50	7,2	117,5
<b>итого обед</b>	<b>780</b>	<b>200,00</b>	<b>872,55</b>	<b>910</b>	<b>230,81</b>	<b>1020,1</b>

## Полдник

Наименование блюд	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка детская	50	29,31	188,4			
Яблоко	160	39,47	75,2			
Йогурт	200	61,18	114			
<b>итого полдник</b>	<b>410</b>	<b>129,96</b>	<b>377,6</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>

**Итого за день ккал**

**1949**

**1779**

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством

