

приятного аппетита!



"Утверждаю"
 Директор МАОУ

средняя школа

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

6

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 |
| Омлет натуральный | 150 | 56,42 | 225,57 | 150 | 56,42 | 225,57 |
| Чай с сахаром и лимоном 200/11 | 200 | 3,36 | 47,79 | 200 | 3,36 | 47,79 |
| Батон | 40 | 7,67 | 109 | 40 | 7,67 | 109 |
| Яблоко | 160 | 39,59 | 75,2 | 160 | 39,59 | 75,2 |
| Хлопья кукурузные с молоком | 200 | 38,75 | 160,02 | 200 | 38,75 | 160,02 |
| итого завтрак | 750 | 145,79 | 617,58 | 750 | 145,79 | 617,58 |

Обед

| Наименование блюд | для 1-4 классов | | | для 5-11 классов | | |
|--|-----------------|---------------|---------------|------------------|---------------|---------------|
| | выход, г | цена, руб. | ккал | выход, г | цена, руб. | ккал |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 63,40 | 42,7 | 100 | 78,39 | 53,07 |
| Суп крестьянский с рисом ,говядиной, сметаной, 200/10/10 | 220 | 27,72 | 141,95 | 270 | 29,77 | 164,65 |
| Куриное филе с сметанным соусе | 90 | 74,37 | 186,71 | 100 | 80,74 | 207,46 |
| Макароны отварные | 150 | 21,03 | 179,14 | 180 | 25,11 | 243,36 |
| Напиток из шиповника 200/11 | 200 | 7,41 | 89,33 | 200 | 7,41 | 89,33 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 7,20 | 117,5 | 50 | 7,2 | 117,5 |
| итого обед | 770 | 201,13 | 757,33 | 900 | 228,62 | 875,37 |

Полдник

| Наименование блюд | для 1-4 классов | | | для 5-11 классов | | |
|----------------------|-----------------|---------------|--------------|------------------|-------------|----------|
| | выход, г | цена, руб. | ккал | выход, г | цена, руб. | ккал |
| Круассан с сыром | 75 | 56,05 | 372 | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 33,75 | 92 | | | |
| Мандарин | 150 | 47,70 | 79,5 | | | |
| итого полдник | 425 | 137,50 | 543,5 | 0 | 0,00 | 0 |

Итого за день ккал

1918

1493

Калькулятор

Е.В. Потапович

Е.В. Потапович

Зав. Производством

