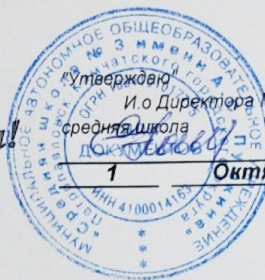


приятного аппетита!



Утверждаю  
И.о. Директора МАОУ  
средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина"  
Д.С. Мельников Старкова И.Д.

1 Октября 2024 год



# меню школьника

Наименование блюд

для 1-4 классов

для 5-11 классов

## Завтрак

| Наименование блюд                            | для 1-4 классов |               |               | для 5-11 классов |               |               |
|--|-----------------|---------------|---------------|------------------|---------------|---------------|
|  | выход, г        | цена, руб.    | ккал          | выход, г         | цена, руб.    | ккал          |
| Запеканка из творога с соусом ягодным 200/30 | 180             | 97,11         | 392,72        | 230              | 108,16        | 339,6         |
| Чай с молоком 200/11                         | 200             | 7,38          | 75,65         | 200              | 7,38          | 75,65         |
| Батон  | 30              | 5,25          | 81,9          | 30               | 5,25          | 81,9          |
| Яблоко                                       | 120             | 29,85         | 56,4          | 120              | 29,85         | 56,4          |
| <b>итого завтрак</b>                         | <b>530</b>      | <b>139,59</b> | <b>606,67</b> | <b>580</b>       | <b>150,64</b> | <b>553,55</b> |

## Обед

| Наименование блюд  | для 1-4 классов |               |               | для 5-11 классов |               |                |
|--|-----------------|---------------|---------------|------------------|---------------|----------------|
|  | выход, г        | цена, руб.    | ккал          | выход, г         | цена, руб.    | ккал           |
| Салат из цветной капусты помидоров и зелени                  | 60              | 50,38         | 59,53         | 100              | 71,62         | 99,22          |
| Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной 250/10 | 210             | 30,72         | 135,89        | 260              | 34,24         | 163,37         |
| Печень говяжья по-строгановски                               | 90              | 44,58         | 227,8         | 100              | 48,66         | 250,6          |
| Макаронь отварные  | 150             | 16,51         | 179,14        | 180              | 21,4          | 243,36         |
| Сок фруктовый  | 200             | 32,71         | 92            | 200              | 32,71         | 92             |
| Хлеб пшеничный   | 50              | 6,54          | 117,5         | 60               | 7,27          | 141            |
| Хлеб ржано-пшеничный   | 20              | 2,22          | 39,6          | 30               | 3,88          | 59,4           |
| <b>итого обед</b>  | <b>780</b>      | <b>183,66</b> | <b>851,46</b> | <b>930</b>       | <b>219,78</b> | <b>1048,95</b> |

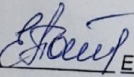
## Полдник

| Наименование блюд              | для 1-4 классов |               |               | для 5-11 классов |             |          |
|--------------------------------|-----------------|---------------|---------------|------------------|-------------|----------|
|                                | выход, г        | цена, руб.    | ккал          | выход, г         | цена, руб.  | ккал     |
| Пирожок с мясом и рисом        | 75              | 57,20         | 208,34        |                  |             |          |
| Чай с сахаром и лимоном 200/11 | 250             | 3,37          | 75,2          |                  |             |          |
| Банан                          | 200             | 49,39         | 192           |                  |             |          |
| <b>итого полдник</b>           | <b>525</b>      | <b>109,96</b> | <b>475,54</b> | <b>0</b>         | <b>0,00</b> | <b>0</b> |

**Итого за день ккал**

**1934**

**1603**

Калькулятор  Е.В.Потапович

Зав. Производством

