

приятного аппетита!



Утверждаю
Директор МАОУ
средняя школа

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.
10 Января 2025 год



меню школьника

Наименование блюд Завтрак

	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	106,17	392,72	230	118,62	339,6
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	4,33	47,79	200	4,33	47,79
Батон	30	5,78	81,9	30	5,78	81,9
Яблоко	150	36,79	70,5	150	36,79	70,5
итого завтрак	560	153,07	592,91	610	165,52	539,79

Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из квашеной капусты	60	24,42	57,84	100	33,76	96,41
Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной 250/10	210	35,58	135,89	260	39,13	163,37
Печень говяжья по-строгановски	90	44,20	227,8	100	47,6	250,6
Пюре картофельное	180	23,74	172,84	210	27,73	201,64
Сок фруктовый	200	31,74	92	200	31,74	92
Хлеб пшеничный	50	6,54	117,5	60	8,32	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,43	39,6	30	3,81	59,4
итого обед	810	168,65	843,47	960	192,09	1004,42

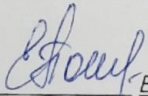
Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Пирожок с мясом и рисом	75	63,53	208,34			
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	4,33	75,2			
Банан	200	48,10	192			
итого полдник	475	115,96	475,54	0	0,00	0

Итого за день ккал

1912

1544

Калькулятор  Е.В.Потапович

Зав. Производством

