

приятного аппетита!



"Утверждаю"  
 Директор МАOU  
 средняя школа №3 имени А.С. Пушкина"  
 Паламарчук Е.В.  
 11 ноября 2024 год

# меню школьника

## Наименование блюд Завтрак

для 1-4 классов

для 5-11 классов

Наименование блюд	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр полутвердый	20	22,34	72,8	20	22,34	72,8
Банан	200	50	192	200	50	192
Каша пшенная молочная 200/5/5	210	25,32	247,25	210	25,32	247,25
Чай ягодный 200/11	200	8,69	48,63	200	8,69	48,63
Батон	40	7,1	109	40	7,1	109
<b>итого завтрак</b>	<b>670</b>	<b>113,45</b>	<b>669,68</b>	<b>670</b>	<b>113,45</b>	<b>669,68</b>

## Обед

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

Томаты консервированные	100	26,84	16	100	26,84	16
Суп картофельный с бобовыми (горохом) с мясом птицы 200/15	215	17,72	160,09	265	19,73	188,01
Котлета домашняя из мяса говядины с соусом сметанно-томатным 90/30	120	98,96	254,41	130	110,63	292,66
Каша гречневая рассыпчатая	150	11,88	195,84	180	14,01	230,17
Компот из кураги	200	8,82	78,69	200	8,82	78,69
Хлеб пшеничный	50	6,60	117,5	60	7,69	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,45	39,6	30	3,43	59,4
<b>итого обед</b>	<b>855</b>	<b>173,27</b>	<b>862,13</b>	<b>965</b>	<b>191,15</b>	<b>1005,93</b>

## Полдник

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

Пита с сыром	75	78,20	228,25			
Яблоко	150	36,66	70,5			
<b>итого полдник</b>	<b>225</b>	<b>114,86</b>	<b>298,75</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>

## Итого за день ккал

**1831**

**1676**

Калькулятор *Е.В. Потапович*

Зав. Производством

