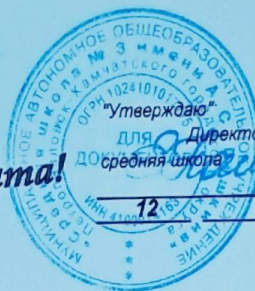




приятного аппетита!



"Утверждаю"
для Директор МАОУ
до средняя школа

"№ 3 имени А.С. Пушкина"
Паламарчук Е.В.

12.03.2025 Марта 2025 год

меню школьника

Наименование блюд

Завтрак

Запеканка из мяса говядины и печени с соусом
сметанно томатным 90/30

Каша гречневая рассыпчатая

Чай с шиповником 200/11

Хлеб пшеничный

Яблоко

для 1-4 классов

выход, г цена, руб. ккал

120 69,16 200,69

150 14,93 195,84

200 2,99 53,93

40 5,8 94

220 56,4 103,4

для 5-11 классов

выход, г цена, руб. ккал

130 81,43 207,04

180 16,96 230,17

200 2,99 53,93

40 5,8 94

220 56,4 103,4

итого завтрак

730 149,28 647,86 770 163,58 688,54

Обед

Салат из цветной капусты ,помидоров и зелени

Суп картофельный с макаронами с говядиной
200/10

Рыба , запеченная в сметанном соусе (минтай)

Картофельное пюре

Компот из сухофруктов 200/11

Хлеб пшеничный

выход, г цена, руб. ккал

60 65,33 59,53 100 80,28 99,22

210 22,17 159,22 260 23,98 152,08

90 59,23 153,71 100 69,19 170,79

150 26,14 129,8 180 31,53 173,36

200 4,95 86,9 200 4,95 86,9

50 7,20 117,5 50 7,2 117,5

итого обед

760 185,02 706,66 890 217,13 799,85

Полдник

Круассан с сыром

Груша

Сок фруктовый

выход, г цена, руб. ккал

75 54,76 100,8

150 65,53 108

200 33,51 92

итого полдник

425 153,80 300,8 0 0,00 0

Итого за день ккал

1655

1488

Калькулятор Е.В. Потапович

Зая. Производством

