"Утверждаю"
Директор МАОУ
"№ 3 имени А.С. Пушкина"
средняя школа
Паламарчук Е.В
12 Сентября 2024 год

приятного аппетита!

меню школьника

Наименование блюд	для 1–4 классов			для 5–11 классов		
Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр полутвердый	15	14,8	54,6	15	14,8	54,6
Мандарин	120	28,57	63,6	120	28,57	63,6
Каша вязкая молочная рисовая 200/10	210	23,07	264,14	210	23,07	264,1
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	3,83	47,79	200	3,83	47,79
Батон	40	7	78,6	40	7	78,6
Яйцо отварное	40	9,23	62,8	40	9,23	62,8
итого завтрак	**625**	**86,50**	**571,53**	**625**	**86,50**	**571,5**

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	14,55	69,95	100	22,46	116,6
Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы и сметаной, 200/15/10	225	26,64	147,93	275	28,88	172,8
Бифштекс рубленый с соусом сметанно томатным 90/30	90	102,51	238,86	100	110,4	267,6
Макароны отварные	150	17,63	235,85	180	21,42	283
Компот из вишни	200	8,06	54,29	200	8,06	54,29
Хлеб пшеничный	50	6,60	117,5	60	8,25	141
Хлеб ржано- пшеничный	20	2,24	39,6	30	3,27	59,4
итого обед	**795**	**178,23**	**903,98**	**945**	**202,74**	**1095**

Полдник	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Ватрушка с творогом	75	51,84	188,27			
Ацидофилин	200	53,45	106			
Яблоко	100	25,95	47			
итого полдник	**375**	**131,24**	**341,27**	**0**	**0,00**	**0**

Итого за день ккал **1816,8** **1666**

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством