

приятного аппетита!



Утверждаю
Директор МАОУ

средняя школа

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

12

Ноября 2024 год



меню школьника

Наименование блюд

для 1-4 классов

для 5-11 классов

Завтрак

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

Лапшевник творожный с молоком сгущенным	180	83,52	377,46	230	101,26	470,48
Чай с сахаром и лимоном	200	3,82	47,79	200	3,82	47,79
Батон	30	5,25	165,15	30	5,25	165,15
Яблоко	100	26,86	47	100	26,86	47
итого завтрак	510	119,45	637,4	560	137,19	730,42

Обед

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

Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	45,60	49,64	100	60,23	82,73
Суп картофельный с рыбными фрикадельками (лосось) 200/20	220	31,33	144,69	270	38,8	140,66
Плов с отварной птицы 100/140	240	74,30	390,97	280	92,76	402,06
Напиток витаминный 200/11	200	6,34	93,99	200	6,34	93,99
Хлеб ржано-пшеничный	50	6,54	99	60	8,32	118,8
Хлеб пшеничный	20	2,43	47	30	3,18	70,5
итого обед	780	166,54	825,29	930	209,63	908,74

Полдник

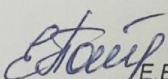
выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Булочка с изюмом	50	25,97	188,4			
Банан	200	52,27	192			
итого полдник	250	78,24	380,4	0	0,00	0

Итого за день ккал

1843

1639

Калькулятор  Е.В. Потапович

Зав. Производством

