

приятного аппетита!



Директор МАОУ

средняя школа

№ 3 имени А.С. Пушкина

документ № 13

ИНН 4100014189

13 декабря 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
Куриное филе запеченное панированное	100	96,34	193,7	120	107,62	232,44
Рис отварной	150	11,69	208,7	180	14,35	250,43
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	3,89	47,79	200	3,89	47,79
Хлеб пшеничный	40	5,26	94	40	5,26	94
Мандарин	120	24,39	63,6	120	24,39	63,6
итого завтрак	610	141,57	607,79	660	155,51	688,26

Обед

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

Огурцы консервированные	100	23,33	16	100	23,33	16
Суп картофельный с бобовыми с фасолью с мясом говядины 200/10	220	30,10	155,47	270	32,74	176,61
Рагу из овощей с курицей	240	79,11	347,62	280	96,86	405,56
Морс из брусники	200	10,70	53,09	200	10,7	53,09
Хлеб пшеничный	50	6,72	117,5	60	7,85	141
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,18	99	30	3,5	118,8
итого обед	790	152,14	788,68	940	174,98	911,06

Полдник

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

Бутерброд с маслом сливочным и икрой минтая	55	42,43	354,6			
Чай с шиповником 200/11	200	3,01	53,93			
Виноград	100	76,13	72			
итого полдник	355	121,57	480,53	0	0,00	0

Итого за день ккал

1877

1599

Калькулятор *Е.В. Потапович*

Зав. Производством

