



приятного аппетита!



утверждаю"

Директор МАОУ

средняя школа

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

14

Апреля 2025

меню школьника

Наименование блюд

Завтрак

для 1-4 классов

для 5-11 классов

выход, г цена, руб. ккал

Банан	200	48,42	192	200	48,42	192
Сыр полутвердый	20	27,28	54,6	20	27,28	54,6
Каша пшеничная молочная 200/5/5	210	32,64	242,54	210	32,64	242,54
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	4,03	47,79	200	4,03	47,79
Батон	40	7,67	109	40	7,67	109
итого завтрак	670	120,04	645,93	670	120,04	645,93

Обед

выход, г цена, руб. ккал

Огурец консервированный	60	13,85	9,6	60	13,85	9,6
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной 200/15/10	215	34,53	147,93	265	36,86	172,81
Гуляш из говядины	90	83,50	169,24	100	90,27	193,82
Макароны отварные	150	22,11	179,14	180	26,88	243,36
Напиток из шиповника	200	13,75	89,33	200	13,75	89,33
Хлеб пшеничный	50	7,33	117,5	50	7,33	117,5
итого обед	765	175,07	712,74	855	188,94	826,42

Полдник

выход, г цена, руб. ккал

Булочка школьная	60	15,24	188,4			
Чай с шиповником	200	2,94	102			
Банан	200	48,42	192			
итого полдник	400	66,60	482,4	0	0,00	0

Итого за день ккал

1841

1472

Калькулятор

Е.В. Потапович

Е.В. Потапович

Зав. Производством

