

приятного аппетита!



Директор МАОУ

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

Ноября 2024 год



# меню школьника

Наименование блюд	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
<b>Завтрак</b>						
Сыр полутвердый	20	18,5	72,8	20	18,5	72,8
Мандарин	180	34,65	95,4	180	34,65	95,4
Каша вязкая молочная рисовая 200/10	210	23,3	264,14	210	23,3	264,1
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	3,94	47,79	200	3,94	47,79
Батон	40	7,02	78,6	40	7,02	78,6
<b>итого завтрак</b>	<b>650</b>	<b>87,41</b>	<b>558,73</b>	<b>650</b>	<b>87,41</b>	<b>558,7</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с чесноком и сыром	60	26,98	70,6	100	35,31	117,7
Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы и сметаной, 200/15/10	225	24,39	147,93	275	26,04	172,8
Бифштекс рубленный с соусом сметанно томатным 90/30	90	91,45	238,86	100	99,38	267,6
Макароны отварные	150	16,84	235,85	180	21,08	283
Компот из вишни	200	8,06	54,29	200	8,06	54,29
Хлеб пшеничный	50	6,72	117,5	60	8,02	141
Хлеб ржано- пшеничный	20	2,50	39,6	30	3,3	59,4
<b>итого обед</b>	<b>795</b>	<b>176,94</b>	<b>904,63</b>	<b>945</b>	<b>201,19</b>	<b>1096</b>
<b>Полдник</b>						
Ватрушка с творогом	75	52,07	261,29			
Киви	180	56,49	84,6			
<b>итого полдник</b>	<b>255</b>	<b>108,56</b>	<b>345,89</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день ккал</b>			<b>1809,3</b>			<b>1655</b>

Калькулятор

Е.В. Потапович

Зав. Производством

