

приятного аппетита!



Директор МАОУ
"№ 3 имени А.С. Пушкина"
Паламарчук Е.В.
16 Октября 2024 год



меню школьника

Наименование блюд	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Завтрак						
Биточки из курицы	90	45,93	154,72	100	66,51	137,5
Рагу овощное	150	37,22	160,95	180	40,43	188,68
Чай с шиповником	200	2,88	53,93	200	2,82	53,93
Хлеб пшеничный	40	5,32	94	40	5,28	94
Мандарин	100	25,25	53	100	25,25	53
итого завтрак	580	116,60	516,6	620	140,29	527,11
Обед						
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	41,51	42,71	100	57,51	53,07
Суп картофельный с макаронами с мясом птицы 200/10	210	27,84	159,22	260	29,41	152,08
Пельмени мясные отварные с маслом сливочным 240/5	245	95,76	483,83	285	102,58	559,42
Компот из черной смородины 200/11	200	9,16	52,69	200	9,16	52,69
Хлеб пшеничный	50	6,66	117,5	60	8,02	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,27	39,6	30	3,3	59,4
итого обед	785	183,20	895,55	935	209,98	1017,66
Полдник						
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка с маком	50	26,27	188			
Йогурт	200	57,32	47,79			
Груша	150	59,78	70,5			
итого полдник	400	143,37	306,29	0	0,00	0
Итого за день ккал			1718			1545

Калькулятор

Е.В. Поталович

Зав. Производством

