

приятного аппетита!



Утверждаю  
Директор МАОУ  
Средняя школа  
№ 3 имени А.С. Пушкина  
Паламарчук Е.В.  
16  
Декабря 2024



# меню школьника

## Наименование блюд Завтрак

### для 1-4 классов

### для 5-11 классов

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Яйцо отварное	40	17	62,8	40	17	62,8
Мандарин	150	34,15	79,5	150	34,15	79,5
Каша пшеничная молочная 200/5/5	210	29,73	242,54	210	29,73	242,54
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	3,89	47,79	200	3,89	47,79
Батон	40	7,04	109	40	7,04	109
<b>итого завтрак</b>	<b>640</b>	<b>91,81</b>	<b>541,63</b>	<b>640</b>	<b>91,81</b>	<b>541,63</b>

## Обед

### для 1-4 классов

### для 5-11 классов

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Огурец консервированный	60	16,10	9,6	60	16,1	9,6
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной 200/15/10	215	29,44	147,93	265	31,21	172,81
Гуляш из говядины	90	79,45	169,24	100	90,16	193,82
Каша гречневая рассыпчатая	150	11,96	195,84	180	14,26	230,17
Компот из сухофруктов	200	4,89	86,9	200	4,89	86,9
Хлеб пшеничный	50	6,66	117,5	60	7,85	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,47	39,6	30	3,5	59,4
<b>итого обед</b>	<b>785</b>	<b>150,97</b>	<b>766,61</b>	<b>895</b>	<b>167,97</b>	<b>893,7</b>

## Полдник

### для 1-4 классов

### для 5-11 классов

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка с изюмом (Веснушка)	50	26,62	188,4			
Виноград	100	76,62	72			
Чай с сахаром и лимоном	200	3,89	47,79			
<b>итого полдник</b>	<b>350</b>	<b>107,13</b>	<b>308,19</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день ккал</b>			<b>1616</b>			<b>1435</b>

Калькулятор Е.В. Потапович  
Зав. Производством

