

приятного аппетита!



Утверждаю: Директор МАОУ

средняя школа

документ № 17

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

Марта 2025



меню школьника

Наименование блюд

Завтрак

	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Яблоко	200	48	94	200	48	94
Сыр полутвердый	20	26,04	54,6	20	26,04	54,6
Каша пшеничная молочная 200/5/5	210	26,8	242,54	210	26,8	242,54
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	3,51	47,79	200	3,51	47,79
Батон	40	7,7	109	40	7,7	109
Яйцо отварное	40	17,00	62,8	40	17,00	62,8
итого завтрак	710	129,05	610,73	710	129,05	610,73

Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Огурец консервированный	60	15,84	9,6	60	15,84	9,6
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной 200/15/10	215	28,59	147,93	265	30,92	172,81
Гуляш из говядины	90	89,21	169,24	100	95,95	193,82
Каша гречневая рассыпчатая	150	14,19	195,84	180	17,34	230,17
Компот из сухофруктов	200	5,96	86,9	200	5,96	86,9
Хлеб пшеничный	50	7,20	117,5	50	7,2	117,5
итого обед	765	160,99	727,01	855	173,21	810,8

Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Бутерброд с маслом сливочным и икром минтая	55	55,42	175,93			
Чай с шиповником	200	2,71	102			
Виноград	100	80,82	72			
итого полдник	400	138,95	349,93	0	0,00	0
Итого за день ккал			1688			1422

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством

