

приятного аппетита!



"Утверждаю"
Директор МАОУ
средняя школа "№ 3 имени А.С. Пушкина"
Паламарчук Е.В.
18 Сентября 2024 год



меню школьника

Наименование блюд Завтрак

	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Яблоко	100	21	47	100	21	47
Пудинг из творога (запеченный) с соусом ягодным 150/30	180	101,77	338,91	230	114,51	440,9
Чай с шиповником 200/11	200	2,81	53,93	200	2,81	53,93
Батон	30	5,25	81,9	30	5,25	81,9
итого завтрак	435	140,92	521,74	435	151,17	623,73

Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Винегрет с морской капустой	60	12,90	61,67	100	19,32	102,78
Суп крестьянский с рисом с говядиной со сметаной, 250/10/10	220	34,55	141,95	270	36,1	164,95
Бедро куриное запеченное с маслом сливочным 95	95	68,90	209,23	95	68,9	209,23
Картофельное пюре	150	19,30	144,03	180	24,59	173,36
Сок фруктовый	200	32,50	92	200	32,5	92
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,24	39,6	30	3,81	59,4
Хлеб пшеничный	50	6,60	117,5	60	8,32	141
итого обед	795	176,99	805,98	935	193,54	942,72

Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Пирожок с мясом и рисом	75	58,24	208,34			
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	2,84	47,79			
Апельсин	150	46,30	64,5			
итого полдник	425	107,38	320,63	0	0,00	0

Итого за день ккал

1648

1566

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством

