

приятного аппетита!



Утверждаю
Директор МАОУ
"Средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина"
Паламарчук Е.В.
19 Марта 2025 год



меню школьника

Наименование блюд Завтрак

	для 1–4 классов			для 5–11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Биточки из курицы	90	68,95	154,72	100	76,07	137,5
Рис отварной	150	14,84	208,7	180	18,6	278,3
Чай с шиповником	200	3,02	53,93	200	3,02	53,93
Хлеб пшеничный	40	5,84	94	40	5,84	94
Яблоко	130	31,78	61,1	130	31,78	61,1
итого завтрак	610	124,43	572,45	650	135,31	624,83

Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из квашеной капусты	60	28,58	57,84	100	36,46	96,41
Суп картофельный с макаронами с мясом говядины 200/10	210	24,26	159,22	260	26,3	152,08
Пельмени рыбные лососевые с маслом сливочным 240/5	245	127,21	516,19	285	135,57	596,71
Компот из черной смородины 200/11	200	17,40	52,69	200	15,53	52,69
Хлеб пшеничный	50	7,35	117,5	50	7,35	117,5
итого обед	765	204,80	903,44	895	221,21	1015,39

Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка детская	50	29,03	188,4			
Йогурт	200	64,58	114			
Банан	200	47,92	192			
итого полдник	450	141,53	494,4	0	0,00	0
Итого за день ккал			1970			1640

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством

