

приятного аппетита!



Утверждаю
 Директор МАОУ
 средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина
 Паламарчук Е.В.
 20 ноября 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	45,62	154,72	100	63,34	137,5
Рис отварной	150	12,02	208,7	180	13,91	278,3
Чай с шиповником	200	2,79	53,93	200	2,79	53,93
Хлеб пшеничный	40	5,26	94	40	5,26	94
Банан	200	50,49	192	200	50,49	192
итого завтрак	680	116,18	703,35	720	135,79	755,73

Обед	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	56,03	42,71	100	70,4	53,07
Суп картофельный с макаронами с мясом говядины 200/10	210	27,95	159,22	260	29,54	152,08
Пельмени рыбные лососевые с маслом сливочным 240/5	245	109,56	483,83	285	119,99	559,42
Компот из черной смородины 200/11	200	12,94	52,69	200	12,94	52,69
Хлеб пшеничный	50	6,48	117,5	60	7,73	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,52	39,6	30	3,81	59,4
итого обед	785	215,48	895,55	935	244,41	1017,66

Полдник	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Ватрушка с творогом	75	52,45	261,29			
Яблоко	150	36,56	70,5			
итого полдник	225	89,01	331,79	0	0,00	0
Итого за день ккал			1931			1773

Калькулятор Е.В. Потапович
 Зав. Производством _____

