

приятного аппетита!



Директор МАОУ

"№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

23 Сентября 2024 год



# меню школьника

## Наименование блюд

## для 1-4 классов

## для 5-11 классов

### Завтрак

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Каша молочная из манной крупы 200/ 5/7	212	27,23	264,14	212	27,23	264,14
Яблоко	100	28,42	47	100	28,42	47
Сыр полутвердый	15	14,8	54,6	15	14,8	54,6
Чай ягодный	200	4,8	48,63	200	4,8	48,63
Батон	40	7,05	109	40	7,05	109
Яйцо отварное	40	9,45	62,8	40	9,45	62,8
<b>итого завтрак</b>	<b>647</b>	<b>91,75</b>	<b>586,17</b>	<b>647</b>	<b>91,75</b>	<b>586,17</b>

### Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	47,53	49,64	100	63,81	82,73
Суп из овощей с курицей со сметаной 200/15/10	225	30,34	123,94	275	33,87	142,83
Поджарка из говядины	90	78,64	200,94	100	88,65	223,27
Картофель запеченный по деревенски	150	13,64	200,22	180	14,66	229,48
Компот из кураги 200/11	200	9,31	78,69	200	9,31	78,69
Хлеб пшеничный	50	6,67	117,5	60	8,18	141
Хлеб ржано- пшеничный	20	2,38	39,6	30	4,03	59,4
<b>итого обед</b>	<b>795</b>	<b>188,51</b>	<b>810,53</b>	<b>945</b>	<b>222,51</b>	<b>957,4</b>

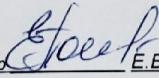
### Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Пицца школьная	80	55,30	237,9			
Чай с сахаром и лимоном	200	3,99	47,79			
Банан	200	52,84	192			
<b>итого полдник</b>	<b>480</b>	<b>112,13</b>	<b>477,69</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>

### Итого за день ккал

**1874**

**1544**

Калькулятор  Е.В. Потапович

Зав. Производством

