

приятного аппетита!



Директор МАОУ № 3 имени А.С. Пушкина  
Паламарчук Е.В.  
24 Января 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
Соус болоньезе	90	51,34	154,15	100	55,57	171,28
Макаронны отварные	150	20,73	179,14	180	27,47	243,36
Какао на молоке, 200/11	200	18,12	109,45	200	18,12	53,93
Хлеб пшеничный	40	5,76	94	40	5,76	94
Мандарин	160	53,65	84,8	160	53,65	84,8
<b>итого завтрак</b>	<b>640</b>	<b>149,60</b>	<b>621,54</b>	<b>680</b>	<b>160,57</b>	<b>647,37</b>

## Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Огурец консервированный	60	13,20	9,6	60	13,2	9,6
Рассольник ленинградский (крупа перловая)с говядиной, 250/10	210	40,85	135,89	260	42,4	163,37
Бефстроганов из куриного филе	90	79,54	203,99	100	84,81	405,56
Каша гречневая рассыпчатая	150	14,98	195,84	180	18,46	53,09
Морс из черной смородины	200	11,35	53,09	200	11,35	53,09
Хлеб пшеничный	50	7,20	117,5	60	8,51	141
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,79	99	30	3,49	118,8
<b>итого обед</b>	<b>780</b>	<b>169,91</b>	<b>814,91</b>	<b>890</b>	<b>182,22</b>	<b>944,51</b>

## Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка школьная	50	7,86	188,4			
Снежок	200	52,80	158			
банан	200	49,93	192			
<b>итого полдник</b>	<b>450</b>	<b>110,59</b>	<b>538,4</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день ккал</b>			<b>1975</b>			<b>1592</b>

Удобритель Е.В. Потапович  
Производством

