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

приятного аппетита!

меню школьника

Наименование блюд	для 1–4 классов			для 5–11 классов		
Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Мандарин	100	25,77	53	100	25,77	53
Сыр полутвердый	15	14,80	54,6	15	14,80	54,6
Каша вязкая молочная из гречневой крупы 200/5/5	210	22,62	269,54	210	22,62	269,54
Хлеб пшеничный	40	5,23	94	40	5,23	94
Чай с сахаром и лимоном	200	4,05	47,79	200	4,05	47,79
Яйцо отварное	40	9,45	62,8	40	9,45	62,8
итого завтрак	**565**	**81,92**	**581,73**	**565**	**81,92**	**581,73**

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из цветной капусты ,помидоров и зелени	60	47,11	59,53	100	72,5	99,22
Борщ с фасолью и картофелем с говядиной со сметаной 250/10/10	220	36,28	154,5	270	38,4	180,73
Куриное филе в сыром соусе	90	70,54	186,71	100	74,79	207,46
Макароны отварные	150	17,13	179,14	180	19,39	243,36
Компот из вишни 200/11	200	8,28	54,29	200	8,28	54,29
Хлеб пшеничный	50	6,48	117,5	60	7,87	141
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,31	39,6	30	3,24	59,4
итого обед	**790**	**188,13**	**791,27**	**940**	**224,47**	**985,46**

Полдник	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка с изюмом	50	25,97	188			
Ацидофилин	200	51,36	106			
Яблоко	100	28,05	47			
итого полдник	**350**	**105,38**	**341**	**0**	**0,00**	**0**

Итого за день ккал 1714 1567

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством