

приятного аппетита!



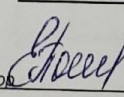
"№ 3 имени А. С. Пушкина"  
Паламарчук Е. В.

28 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
<b>Завтрак</b>						
Груша	250	86,38	117,5	250	86,38	117,5
Чай с сахаром и лимоном	200	4,04	47,79	200	4,04	47,79
Каша вязкая молочная из гречневой крупы 200/5/5	210	24,64	269,54	210	24,64	269,54
Хлеб пшеничный	40	5,39	94	40	5,39	94
<b>итого завтрак</b>	<b>565</b>	<b>120,45</b>	<b>528,83</b>	<b>565</b>	<b>120,45</b>	<b>528,83</b>
<b>Обед</b>						
Салат из цветной капусты, помидоров и зелени	60	48,65	59,53	100	80,35	99,22
Борщ с фасолью и картофелем с говядиной со сметаной 250/10/10	220	28,69	154,5	270	30,41	180,73
Куриное филе в сыром соусе	90	75,00	186,71	100	82,1	207,46
Макаронны отварные	150	16,60	179,14	180	19,27	243,36
Компот из вишни 200/11	200	7,90	54,29	200	7,9	54,29
Хлеб пшеничный	50	6,54	117,5	60	7,85	141
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,47	39,6	30	3,5	59,4
<b>итого обед</b>	<b>790</b>	<b>185,85</b>	<b>791,27</b>	<b>940</b>	<b>231,38</b>	<b>985,46</b>
<b>Полдник</b>						
Ватрушка с творогом	75	53,84	261,29			
Яблоко	100	31,58	47			
<b>итого полдник</b>	<b>175</b>	<b>85,42</b>	<b>308,29</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день ккал</b>			<b>1628</b>			<b>1514</b>

Калькулятор  Е. В. Потапович

Зав. Производством

