

приятного аппетита!



"Утверждаю"

Директор МАОУ

средняя школа

№ 3 имени А.С. Пушкина"

Паламарчук Е.В.

29 для Января 2025 год

ДОКУМЕНТОВ



меню школьника

Наименование блюд Завтрак

для 1-4 классов для 5-11 классов
выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Плов с отварной птицей 90/150	240	73,05	423,06	280	94,18	493,57
Чай с шиповником	200	2,96	53,93	200	2,96	53,93
Хлеб пшеничный	40	4,32	94	40	4,32	94
Банан	200	50,03	192	200	50,03	192
итого завтрак	680	130,36	762,99	720	151,49	833,5

Обед

выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Салат из свеклы с чесноком и сыром	60	31,87	70,6	60	42,37	117,66
Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	36,23	149,67	270	38,27	154,07
Котлета рыбная лососевая 90/5	90	90,48	286,96	100	110,02	315,17
Картофельное пюре	150	26,11	129,8	180	31,08	155,75
Компот из сухофруктов 200/11	200	4,76	86,9	200	4,76	86,9
Хлеб пшеничный	20	3,00	47	30	4,58	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,59	39,6	20	2,59	39,6
итого обед	760	195,04	810,53	860	233,67	939,65

Полдник

выход, г цена, руб. ккал выход, г цена, руб. ккал

Пирожок с мясом и рисом	75	63,09	208,34			
Апельсин	150	44,87	64,5			
Сок фруктовый	200	33,75	92			
итого полдник	425	141,71	364,84	0	0,00	0

Итого за день ккал

1938

1773

Калькулятор

Е.В. Потапович

Е.В. Потапович

Зав. Производством

