



приятного аппетита!

Утверждаю: Директор МАОУ  
"№ 3 имени А.С. Пушкина"  
средняя школа Паламарчук Е.В.  
4  
Апреля 2025 год



# меню школьника

## Наименование блюд Завтрак

|                        | для 1–4 классов |            |        | для 5–11 классов |            |        |
|------------------------|-----------------|------------|--------|------------------|------------|--------|
|                        | выход, г        | цена, руб. | ккал   | выход, г         | цена, руб. | ккал   |
| Яблоко                 | 160             | 43,15      | 75,2   | 160              | 43,15      | 75,2   |
| Биточки из курицы      | 90              | 51,58      | 242,31 | 100              | 60,45      | 269,23 |
| Рис отварной           | 150             | 16,35      | 202,1  | 180              | 18,96      | 242,51 |
| Какао на молоке 200/11 | 200             | 18,06      | 109,45 | 200              | 18,06      | 109,45 |
| Хлеб пшеничный         | 40              | 5,85       | 94     | 40               | 5,85       | 94     |
| итого завтрак          | 640             | 134,99     | 723,06 | 680              | 146,47     | 790,39 |

## Обед

|                                             | выход, г | цена, руб. | ккал   | выход, г | цена, руб. | ккал   |
|---------------------------------------------|----------|------------|--------|----------|------------|--------|
| Огурец консервированный                     | 60       | 18,80      | 9,6    | 60       | 18,8       | 9,6    |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками    | 220      | 36,58      | 149,67 | 270      | 38,4       | 183,68 |
| Пельмени мясные отварные с маслом сливочным | 245      | 105,39     | 483,83 | 285      | 128,74     | 559,42 |
| Морс из брусники 200/11                     | 200      | 13,83      | 53,09  | 200      | 13,83      | 53,09  |
| Хлеб пшеничный                              | 50       | 7,29       | 117,5  | 50       | 7,29       | 117,5  |
| итого обед                                  | 775      | 181,89     | 813,69 | 865      | 207,06     | 923,29 |

## Полдник

|                     | выход, г | цена, руб. | ккал   | выход, г | цена, руб. | ккал |
|---------------------|----------|------------|--------|----------|------------|------|
| Ватрушка с творогом | 75       | 56,88      | 261,29 |          |            |      |
| Чай с шиповником    | 200      | 3,22       | 53,93  |          |            |      |
| Виноград            | 100      | 78,67      | 72     |          |            |      |
| итого полдник       | 375      | 138,77     | 387,22 | 0        | 0,00       | 0    |

Итого за день ккал

1924

1714

Калькулятор *Е.В. Потапович*  
Зав. Производством

