

приятного аппетита!



Директор МАОУ  
средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина"  
Паламарчук Е.В.  
20 декабря 2024 год



# меню школьника

## Наименование блюд Завтрак

для 1–4 классов  
выход, г цена, руб. ккал

для 5–11 классов  
выход, г цена, руб. ккал

Соус болоньезе	90	54,38	154,15	100	61,57	171,28
Макароньы отварные	150	16,6	179,14	180	20,47	243,36
Чай с молоком, 200/11	200	6,68	75,65	200	6,68	75,65
Хлеб пшеничный	40	5,29	94	40	5,29	94
Яблоко	120	28,57	56,4	120	28,57	56,4
<b>итого завтрак</b>	<b>600</b>	<b>111,52</b>	<b>559,34</b>	<b>640</b>	<b>122,58</b>	<b>640,69</b>

## Обед

выход, г цена, руб. ккал

выход, г цена, руб. ккал

Огурец консервированный	60	14,82	9,6	60	14,82	9,6
Рассольник ленинградский (крупа перловая)с говядиной, 250/10	210	34,18	135,89	260	38,43	163,37
Бефстроганов из куриного филе	90	56,67	203,99	100	65	405,56
Каша гречневая рассыпчатая	150	11,98	195,84	180	14,5	53,09
Морс из черной смородины	200	9,63	53,09	200	9,63	53,09
Хлеб пшеничный	50	6,66	117,5	60	8,03	141
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,47	99	30	3,68	118,8
<b>итого обед</b>	<b>780</b>	<b>136,41</b>	<b>814,91</b>	<b>890</b>	<b>154,09</b>	<b>944,51</b>

## Полдник

выход, г цена, руб. ккал

выход, г цена, руб. ккал

Булочка школьная	60	9,18	188,4			
Снежок	200	48,95	158			
Банан	200	45,10	192			
<b>итого полдник</b>	<b>460</b>	<b>103,23</b>	<b>538,4</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>

## Итого за день ккал

1913

1585

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством

