

приятного аппетита!



Директор МАОУ
"№ 3 имени А.С. Пушкина"
Паламарчук Е.В.
Марта 2024 год



меню школьника

Наименование блюд Завтрак

для 1-4 классов

для 5-11 классов

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

Сосиска отварная	105	101,29	206,52	105	101,29	206,52
Макароны отварные	150	15,33	179,14	180	18,06	214,96
Какао с молоком	200	15,22	109,45	200	15,22	109,45
Хлеб пшеничный	40	4,8	94	40	4,8	94
Яблоко	160	39,07	75,2	160	39,07	75,2
итого завтрак	655	175,71	664,31	685	178,44	700,13

Обед

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

Салат из свежих огурцов и помидоров	60	57,19	42,71	100	79,7	53,07
Суп картофельный с бобовыми с фасолью с мясом говядины 200/10	220	23,60	155,47	270	24,93	176,61
Рагу из овощей с курицей	240	79,02	347,62	280	90,26	405,56
Морс из брусники	200	10,54	53,09	200	10,54	53,09
Хлеб пшеничный	50	6,06	117,5	60	7,24	141
Хлеб ржано - пшеничный	20	2,27	99	30	3,32	118,8
итого обед	790	178,68	815,39	940	215,99	948,13

Полдник

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

Булочка детская	50	23,67	188,4			
Чай с шиповником 200/11	200	2,88	53,93			
Груша	200	71,74	94			
итого полдник	450	98,29	336,33	0	0,00	0

Итого за день ккал

1816

1648

Калькулятор  Е.В. Потапович

Зав. Производством

