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

приятного аппетита!

меню школьника

Наименование блюд	для 1–4 классов			для 5–11 классов		
Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Биточек "Морской" (из филе минтая) с соусом сметанным 100/30	130	34,32	196,09	150	42,05	231,4
Картофель отварной	150	15,22	168,16	200	18,61	143,22
Хлеб пшеничный	40	4,8	94	40	4,8	94
Яблоко	150	37,38	70,5	150	37,38	70,5
Чай с шиповником 200/11	200	2,71	53,93	200	2,71	53,93
итого завтрак	**670**	**94,43**	**582,68**	**740**	**105,55**	**593,05**

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из морской капусты с моркови с яйцом	60	7,75	86,2	100	10,9	96,7
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной 200/15/10	225	25,83	147,93	275	27,61	172,81
Пельмени мясные отварные с маслом 240/5	245	100,36	483,83	285	111,87	559,42
Компот из черной смородины 200/11	200	10,47	52,69	200	10,47	52,69
Хлеб пшеничный	50	6,00	117,5	60	7,2	141
Хлеб ржано- пшеничный	20	2,25	39,6	30	3,21	59,4
итого обед	**800**	**152,66**	**927,75**	**950**	**171,26**	**1082**

Полдник	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булочка Кроха	50	24,52	188,4			
Сок фруктовый	200	30,75	92			
итого полдник	**360**	**55,27**	**280,4**	**0**	**0,00**	**0**

Итого за день ккал	**1791**	**1675**

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством