

приятного аппетита!



"Утверждено" Директор МАОУ
 "Средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина"
 Паламарчук Е.В.
 2 сентября 2023 год

меню школьника

Наименование блюд Завтрак

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

Лапшевник творожный с молоком сгущенным	180	78,69	377,46	230	100,37	470,48
Чай с молоком	200	6,88	75,65	200	6,88	75,65
Батон	30	4,67	165,15	30	4,67	165,15
Яблоко	120	32,26	56,4	120	32,26	56,4
итого завтрак	530	122,50	674,66	580	144,18	767,68

Обед

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

Салат из свежих помидор и перца сладкого	60	53,60	49,64	100	80,01	82,73
Суп картофельный с рыбными фрикадельками (лосось) 200/20	220	24,36	144,69	270	25,21	140,66
Плов с отварной птицы 100/180	240	59,37	390,97	280	65,45	402,06
Напиток витаминный 200/11	200	5,71	93,99	200	5,71	93,99
Хлеб ржано- пшеничный	50	6,06	99	60	7,02	118,8
Хлеб пшеничный	20	1,96	47	30	2,75	70,5
итого обед	780	151,06	825,29	930	186,15	908,74

Полдник

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

Блины с джемом	120	43,93	267,92			
Чай с сахаром	200	1,69	26,8			
Груша	220	73,34	103,4			
итого полдник	540	118,96	398,12	0	0,00	0

Итого за день ккал

1898 **1676**

Калькулятор *Е.В. Потапович*
 Зав. Производством

