

«Утверждаю»

Директор «Петропавловск – Камчатской  
школы для обучающихся с о.в.з. №3»

М.А. Белкина



**МЕНЮ на 07.04.2025**

| <b><u>Возраст</u></b>            | <b>№</b>         | <b>7-12</b>  | <b>7-12</b> | <b>12-18</b> | <b>12-18</b> |
|----------------------------------|------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
|                                  | <b>рецепта</b>   | <b>выход</b> | <b>ккал</b> | <b>выход</b> | <b>ккал</b>  |
| <b><u>завтрак</u></b>            |                  |              |             |              |              |
| Плов с отварной птицей           | <b>291/м/ссж</b> | <b>240</b>   | 408,3       | <b>280</b>   | 504,7        |
| Чай с шиповником                 | <b>378/и</b>     | <b>200</b>   | 53,93       | <b>200</b>   | 53,93        |
| Хлеб пшеничный и сыр             | <b>0/15/м</b>    | <b>50</b>    | 143,3       | <b>55</b>    | 148,6        |
| Груша                            | <b>338/м</b>     | <b>100</b>   | 47          | <b>100</b>   | 47           |
| <b><u>обед</u></b>               |                  |              |             |              |              |
| Салат из свежих помидоров и огур | 24/м/ссж         | 60           | 39,63       | 100          | 47,89        |
| Суп картоф.с мясными фрикадельк  | 104/м/ссж        | 220          | 143,6       | 270          | 163,06       |
| Котлета рыбная с маслом сливочно | 234/м/ссж        | 95           | 246,88      | 105          | 279,29       |
| Картофельное пюре                | 128/м/ссж        | 150          | 145,04      | 180          | 173,36       |
| хлеб пшеничный ,ржаной           | 349/м/ссж        | 20/30        | 47/69       | 30/60        | 86,9         |
| компот из сух/фр                 | 200              | 200          | 86,9        | 200          | 209,7        |
| Яблоко                           | 338/м            | 100          | 47          | 200          | 94           |
| <b><u>полдник</u></b>            |                  |              |             |              |              |
| Пирожок с мясом и рисом          | 406/м/ссж        | 75           | 246,9       |              |              |
| сок фруктовый                    |                  | 200          | 92          |              |              |
| Груша                            | 338/м            | 100          | 64,5        |              |              |