

Утверждаю

Директор
МОУ "СОШ №3"
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

3 сентября 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, яйца куриные (шт.), свинина бк, укроп, петрушка, лавровый лист	200	26,55	8,80	19,30	14,50	117,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,34	3,70	5,80	40,40	228,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	70/30	47,28	16,20	9,70	3,80	187,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	1,43	1,00	0,10	6,70	31,00
Итого		93,60	29,70	34,90	84,80	640,00
Всего		93,60	29,70	34,90	84,80	640,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ch

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

3 сентября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	42,93	10,40	8,70	3,70	134,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	150	19,10	3,20	6,80	21,40	160,00
КИСЕЛЬ кисель, сахар песок, вода питьевая	200	5,57	0,00	0,00	25,10	100,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	0,95	0,70	0,10	4,50	21,00
ЯБЛОКО яблоки	100	35,65	0,80	0,80	18,90	91,00
Итого		104,21	15,10	16,40	73,60	506,00
Всего		104,21	15,10	16,40	73,60	506,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

3 сентября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,41	3,70	5,80	40,40	229,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	70/30	42,38	13,80	9,90	3,80	176,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	1,00	0,70	0,10	4,70	22,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, сметана 20% жирности	100	36,12	13,20	22,20	56,40	479,00
Итого		97,91	31,40	38,00	124,70	983,00
Всего		97,91	31,40	38,00	124,70	983,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

3 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша св.м. сухари панировочные, соль йодированная	80	19,76	5,30	1,30	6,00	56,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, соль йодированная, вода питьевая	150	6,65	1,80	0,40	14,20	67,00
КИСЕЛЬ кисель, сахар песок, вода питьевая	200	53,75	0,00	0,00	179,60	718,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ЯБЛОКО яблоки	100	37,00	0,80	0,80	19,60	94,00
Итого		187,12	57,50	6,50	545,60	2 474,00
Всего		187,12	57,50	6,50	545,60	2 474,00

Зав. производством (шеф-повар)

el

Ногтева Софья Семеновна

МЕНЮ

3 сентября 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свѣж., сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	20,67	5,30	7,20	3,40	99,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	150	26,71	5,80	8,40	25,40	201,00
КИСЕЛЬ кисель, сахар песок, вода питьевая	200	6,64	0,00	0,00	28,60	114,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	7,77	5,50	0,50	36,20	171,00
ЯБЛОКО яблоки	100	36,38	0,80	0,80	19,30	92,00
Итого		98,17	17,40	16,90	112,90	677,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, яйца куриные (шт.), свинина бк	250	29,85	10,50	22,10	18,00	142,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,06	3,70	5,60	40,40	226,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	70/30	55,70	17,00	11,60	4,20	209,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	7,77	5,50	0,50	36,20	171,00
Итого		111,37	36,70	39,80	118,20	825,00
Всего		209,55	54,10	56,70	231,10	1 502,00

al

Ногтева Софья Семеновна