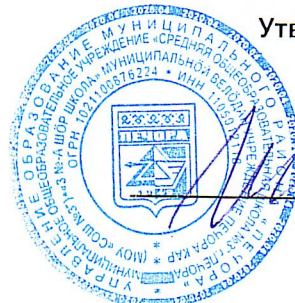


Утверждаю

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



МЕНЮ

10 сентября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	40,36	19,10	25,60	6,60	338,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	34,82	11,80	14,50	27,90	291,00
КАКАО С МОЛОКОМ кофейный напиток, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	11,01	2,70	2,50	14,30	90,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	4,25	3,00	0,20	19,80	94,00
ГРУША груша	100	28,50	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого		118,94	37,00	43,10	78,90	860,00
Всего		118,94	37,00	43,10	78,90	860,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
10 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	200	17,47	6,50	6,80	20,00	321,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	16,68	2,60	6,50	17,00	137,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свлм, хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	35,58	9,40	8,30	10,30	153,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,84	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	5,60	4,00	0,30	26,10	123,00
Итого		77,16	22,50	21,90	87,90	792,00
Всего		77,16	22,50	21,90	87,90	792,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ

10 сентября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	47,57	20,80	27,10	8,80	367,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	35,55	11,80	15,00	27,80	295,00
КАКАО С МОЛОКОМ кофейный напиток, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,19	3,00	2,80	14,80	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	6,36	4,50	0,40	29,70	140,00
ГРУША груша	100	28,50	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого		130,17	40,50	45,60	91,40	946,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	250	17,27	6,50	6,50	20,00	319,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	150	15,10	2,00	6,20	16,10	129,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свѣж., молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	80	42,28	10,90	11,00	8,00	175,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,88	0,00	0,00	15,00	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	6,36	4,50	0,40	29,70	140,00
Итого		82,89	23,90	24,10	88,80	823,00
Всего		213,06	64,40	69,70	180,20	1 769,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 сентября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша с/м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	48,91	11,70	9,10	3,60	143,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	16,03	2,40	6,30	16,70	133,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,59	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	4,25	3,00	0,30	19,80	94,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ чеснок, свекла, масло подсолнечное рафинированное	60	3,59	0,70	3,00	4,30	47,00
Итого		75,38	17,80	18,70	68,60	514,00
Всего		75,38	17,80	18,70	68,60	514,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

10 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша с\м, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	80	33,27	7,90	11,80	6,00	162,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая	150/20	0,65	1,10	0,20	6,60	32,00
КАКАО С МОЛОКОМ кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая	200	6,65	1,00	0,00	14,90	64,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ГРУША груша	100	28,50	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого		139,03	60,00	16,30	364,00	1 844,00
Всего		139,03	60,00	16,30	364,00	1 844,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна