

Утверждаю

Директор  
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

11 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША АССОРТИ</b> рис круглый, пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная, крупа кукурузная	200	15,29	4,00	7,60	23,50	178,00
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	11,07	3,30	3,40	24,20	140,00
<b>ХАЧАПУРИ С СЫРОМ</b> мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное, молоко тетрапак	100	30,53	18,00	19,60	72,90	541,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	3,07	2,40	0,20	15,40	73,00
<b>МАНДАРИН</b> мандарин	180	45,90	1,40	0,40	13,50	68,00
<b>ЧОКО ПАЙ</b> пирожное чоко пай	30	13,25	0,00	0,20	0,60	4,00
<b>Итого</b>		119,12	29,10	31,40	150,10	1 004,00
<b>Всего</b>		119,12	29,10	31,40	150,10	1 004,00

Зав. производством (шеф-повар)



Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор  
МОУ 'СОШ №3'  
Копыльцова Элла Николаевна



# МЕНЮ

11 октября 2024 г.

## ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША АССОРТИ</b> рис круглый, пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, масло сливочное, сахар песок, соль йодированная, крупа кукурузная	200	21,29	4,80	9,20	22,30	191,00
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,92	3,90	4,10	25,20	154,00
<b>ХАЧАПУРИ С СЫРОМ</b> мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированое, молоко тетрапак	100	35,67	18,50	17,40	78,20	544,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
<b>МАНДАРИН</b> мандарин	130	33,15	1,00	0,30	9,80	49,00
<b>ЧОКО ПАЙ</b> пирожное чоко пай	30	13,25	0,00	0,20	0,60	4,00
<b>Итого</b>		124,14	34,40	31,70	176,90	1 134,00
<b>Обед</b>						
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b> картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, рис круглый	200	23,24	1,70	3,90	11,00	87,00
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ</b> капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина б/к, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш. сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, яйца куриные (шт.)	100/50	36,98	9,10	24,50	3,60	186,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	21,53	5,30	10,20	18,70	188,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
<b>Итого</b>		91,39	22,30	39,10	88,60	711,00
<b>Всего</b>		215,54	56,70	70,80	265,50	1 845,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

11 октября 2024 г.

## Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b> картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, рис круглый	200	11,03	1,40	4,10	10,50	85,00
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ</b> капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина б/к, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, яйца куриные (шт.)	100/50	58,05	13,30	21,60	3,60	161,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	11,08	2,10	5,10	13,70	110,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,34	3,40	0,30	22,50	106,00
<b>Итого</b>		86,27	20,20	31,10	64,80	520,00
<b>Всего</b>		86,27	20,20	31,10	64,80	520,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

11 октября 2024 г.

## Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ</b> капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, яйца куриные (шт)	100/50	59,63	15,20	27,80	3,60	163,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	15,82	3,30	5,80	24,80	165,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,89	3,10	0,30	20,20	95,00
<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> огурцы грунтовые	38	6,69	0,30	0,00	1,00	5,00
<b>Итого</b>		87,80	21,90	33,90	64,10	486,00
<b>Всего</b>		87,80	21,90	33,90	64,10	486,00

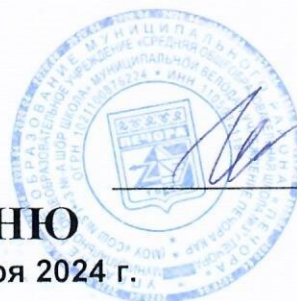
Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/



# МЕНЮ

11 октября 2024 г.

## Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША АССОРТИ <small>пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная, крупа кукурузная</small>	200	90,59	31,40	39,60	59,20	722,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	91,36	31,50	32,50	46,60	610,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт</small>	40	62,92	48,10	3,90	316,40	1 493,00
МАНДАРИН <small>мандарин</small>	130	33,15	1,00	0,30	9,80	49,00
Итого		278,02	112,00	76,30	432,00	2 874,00
Всего		278,02	112,00	76,30	432,00	2 874,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна