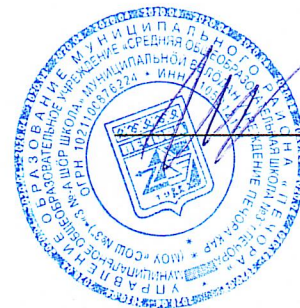


Утверждаю

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



МЕНЮ

11 сентября 2025 г.

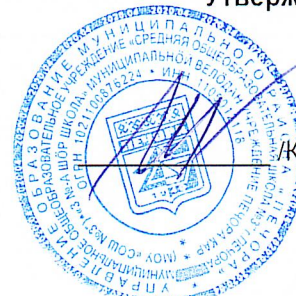
1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, свинина бк, яйца куриные (шт.)	70/30	47,54	11,40	21,20	2,30	131,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	16,67	2,60	6,40	17,00	137,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,30	0,00	0,00	23,30	93,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,22	3,00	0,20	19,70	93,00
ЯБЛОКО яблоки	100	37,37	0,80	0,80	19,80	95,00
Итого		111,10	17,80	28,60	82,10	549,00
Всего		111,10	17,80	28,60	82,10	549,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ноптева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

11 сентября 2025 г.

Многодетные.Малоимущие.СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	200	14,85	4,60	7,90	10,40	255,00
ГОЛЕНЬ ПОРЦИОННО голень цб, соль йодированная, сметана 20% жирности	90	48,18	25,90	11,70	0,50	794,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,52	3,70	5,90	40,40	230,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,22	4,40	0,40	29,00	137,00
Итого		84,62	38,60	25,90	94,90	1 474,00
Всего		84,62	38,60	25,90	94,90	1 474,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

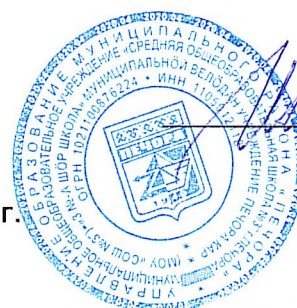
Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

11 сентября 2025 г.

ОВЗ



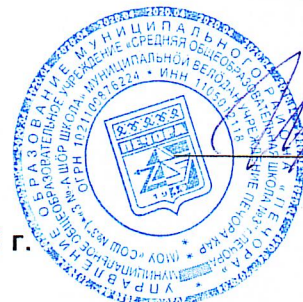
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, свинина б/к, яйца куриные (шт.)	70/30	46,49	10,80	20,80	2,00	124,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	150	13,62	1,80	5,70	14,30	116,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,33	0,00	0,00	23,70	95,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	7,77	5,50	0,50	36,20	171,00
ЯБЛОКО яблоки	100	35,56	0,80	0,80	18,80	90,00
Итого		108,78	18,90	27,80	95,00	596,00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	250	14,92	4,60	8,40	10,50	260,00
ГОЛЕНЬ ПОРЦИОННО голень цб, соль йодированная, сметана 20% жирности	90	42,41	22,60	10,50	0,40	694,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,06	3,70	5,60	40,40	226,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,88	0,00	0,00	15,10	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	7,77	5,50	0,50	36,20	171,00
Итого		80,05	36,40	25,00	102,60	1 411,00
Всего		188,82	55,30	52,80	197,60	2 007,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

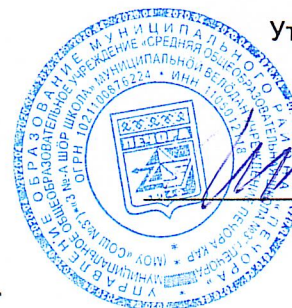
11 сентября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ГОЛЕНЬ ПОРЦИОННО голень цб. соль йодированная. сметана 20% жирности	90	35,34	18,50	9,00	0,50	571,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный. соль йодированная. масло сливочное	150	13,41	3,70	5,80	40,40	229,00
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	4,00	2,80	0,20	18,60	88,00
КОЛБАСА ЗАПЕЧЕНАЯ В ТЕСТЕ мука пшеничная высш сорт. масло подсолнечное рафинированое. яйца куриные (шт.). сахар песок. масло сливочное. соль йодированная. дрожжи сухие. вода питьевая. колбаса сливочная	100	39,21	14,80	10,60	39,90	313,00
Итого		93,79	39,80	25,60	113,90	1 259,00
Всего		93,79	39,80	25,60	113,90	1 259,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
11 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, свинина бк, яйца куриные (шт.)	70/30	62,93	16,40	32,30	6,60	254,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	150	17,10	1,80	8,40	14,30	140,00
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	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ЯБЛОКО яблоки	100	35,15	0,80	0,80	18,60	89,00
Итого		190,14	68,60	45,50	385,10	2 099,00
Всего		190,14	68,60	45,50	385,10	2 099,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна