

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, фарш цб, чеснок, филе груцдки	80	20,64	9,90	12,00	0,60	154,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ рис круглый, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	150	14,83	0,10	7,50	0,10	68,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,38	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	3,84	3,00	0,30	19,90	94,00
АПЕЛЬСИН апельсин	230	85,11	2,10	0,50	18,60	99,00
Итого		129,79	15,10	20,30	63,40	512,00
Всего		129,79	15,10	20,30	63,40	512,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина б/к, яйца куриные (шт.)	80/25	59,24	16,70	36,90	6,50	232,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	15,31	2,70	6,60	17,30	140,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш. сорт	40	3,93	3,10	0,30	20,40	96,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая	100	8,06	7,40	12,80	59,80	384,00
Итого		88,31	29,90	56,60	118,50	910,00
Всего		88,31	29,90	56,60	118,50	910,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, соль йодированная, голень цб, картофель, морковь, сметана 20% жирности	200	21,27	6,80	8,50	15,70	262,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт.)	80/45	34,82	10,30	25,80	6,30	180,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	14,61	2,50	6,30	16,90	135,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	200	1,78	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,43	2,70	0,20	17,80	84,00
Итого		75,91	22,30	40,80	71,30	719,00
Всего		75,91	22,30	40,80	71,30	719,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
21 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, фарш цб, чеснок, филе грудки	80	31,97	13,50	15,90	6,20	226,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ рис круглый, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	150	15,40	0,10	8,00	0,10	73,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,38	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
АПЕЛЬСИН апельсин	230	85,15	2,10	0,50	18,60	99,00
Итого		145,76	21,90	24,90	89,90	687,00
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, томатная паста, соль йодированная, голень цб, картофель, морковь, сметана 20% жирности	200	21,11	6,80	8,30	16,10	261,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт.)	80/25	35,01	10,20	26,40	6,90	188,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	23,86	5,60	9,30	21,80	194,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,15	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		89,99	28,80	44,50	105,00	912,00
Всего		235,75	50,70	69,40	194,90	1 599,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна