

[Signature]

MOY'COLIN₃'

23 сентября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	70/30	57,25	9,90	11,30	3,50	155,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	15,65	2,80	4,80	20,70	138,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, смородина черная, клубника мор.	200	14,70	0,10	0,10	20,30	83,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	2,74	1,90	0,20	12,80	60,00
БАНАН банан	100	28,44	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого		118,78	16,20	16,90	78,30	532,00
Всего		118,78	16,20	16,90	78,30	532,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
23 сентября 2025 г.

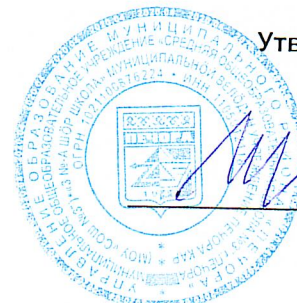
Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, петрушка, укроп	200	14,22	8,10	10,10	13,60	332,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,37	8,40	7,70	38,00	254,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, яйца куриные (шт.), свинина бк	70/30	47,14	12,80	23,80	8,90	164,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,60	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		79,54	33,70	42,00	104,10	945,00
Всего		79,54	33,70	42,00	104,10	945,00

Зав. производством (шеф-повар)

Сте

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста, соль, йодированная, вода питьевая	70/30	48,33	8,40	9,80	3,80	138,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	25,53	5,40	8,30	22,90	189,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар, песок, вода питьевая, клубника мор., смородина черная	200	15,73	0,20	0,10	20,40	84,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	7,77	5,50	0,50	36,20	171,00
БАНАН банан	100	28,52	1,50	0,50	21,10	96,00
Итого		125,88	21,00	19,20	104,40	678,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб	200	11,49	7,90	6,40	13,30	297,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,13	8,40	7,50	37,80	252,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, яйца куриные (шт.), свинина б/к	70/30	49,51	15,50	34,00	8,70	166,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар, песок, чай нури листовой	200	1,62	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		80,52	37,30	48,40	111,10	946,00
Всего		206,40	58,30	67,60	215,50	1 624,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

Абонементское питание

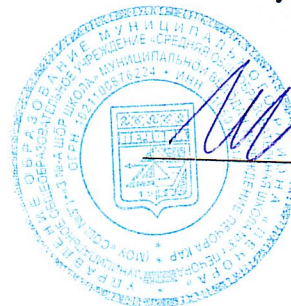
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупка гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,27	8,40	7,60	37,90	253,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль, йодированная, яйца куриные (шт.), свинина б/к	70/30	53,40	15,30	30,00	8,90	175,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,59	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	6,19	4,40	0,40	28,80	136,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ чеснок, сыр сметанковый, свекла, масло подсолнечное рафинированное	60	14,79	3,90	7,10	4,30	97,00
Итого		86,24	32,00	45,10	94,50	719,00
Всего		86,24	32,00	45,10	94,50	719,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	70/30	42,70	8,00	15,10	10,50	210,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	150	19,82	2,50	8,50	20,20	168,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, смородина черная, клубника мор	200	12,88	0,10	0,00	20,10	82,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
БАНАН банан	100	27,86	1,50	0,50	20,60	94,00
Итого		103,26	12,10	24,10	71,40	554,00
Всего		103,26	12,10	24,10	71,40	554,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна