

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	38,15	18,30	24,60	6,90	327,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	34,76	11,80	14,50	27,90	291,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	10,04	2,00	1,90	21,90	114,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	3,61	2,60	0,20	16,80	79,00
ГРУША мандарин	100	29,00	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого		115,56	35,50	41,40	81,00	849,00
Всего		115,56	35,50	41,40	81,00	849,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Н.

Ногтева Софья Семеновна

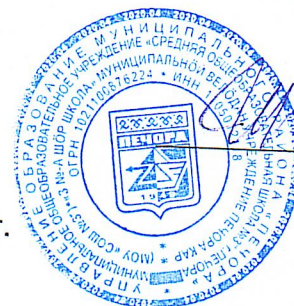
Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	30,74	15,00	21,90	5,80	285,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное	150	8,26	4,60	5,10	28,10	177,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	15,54	3,80	3,80	13,90	105,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	7,77	5,50	0,50	36,20	171,00
ГРУША мандарин	100	29,00	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого		91,31	29,70	31,50	91,50	776,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	250	14,39	6,50	4,40	20,00	299,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	200	23,60	5,20	7,40	21,20	173,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	80	44,00	11,20	11,40	9,20	185,00
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		91,37	28,40	23,70	101,70	888,00
Всего		182,68	58,10	55,20	193,20	1 664,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Ногтева

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО



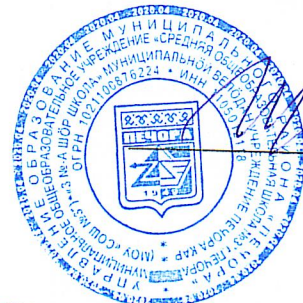
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная, петрушка, укроп, лавровый лист	200	17,37	5,90	4,30	16,10	281,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	17,18	2,70	6,70	17,20	140,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша с/м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	80	43,43	10,60	8,90	4,90	142,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,59	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	5,00	3,50	0,30	23,30	110,00
Итого		84,57	22,70	20,20	76,00	731,00
Всего		84,57	22,70	20,20	76,00	731,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

Абонементское питание

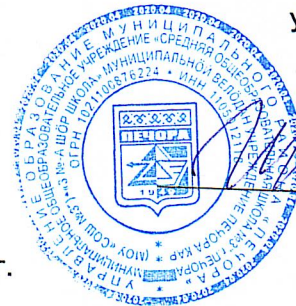
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	17,46	2,80	6,40	19,70	147,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша св.м, хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	41,09	10,50	8,50	8,30	152,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,17	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	4,06	2,90	0,20	18,90	89,00
ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, повидло	100	15,76	8,40	5,40	90,70	445,00
Итого		80,53	24,60	20,50	161,80	930,00
Всего		80,53	24,60	20,50	161,80	930,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

Астма

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, фарш цб, чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	44,11	19,40	30,40	8,60	391,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	42,60	12,60	19,00	26,60	330,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	16,70	2,40	1,50	10,70	67,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША мандарин	100	29,00	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого		132,41	35,20	51,10	53,40	826,00
Всего		132,41	35,20	51,10	53,40	826,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.С. Ногтева

Ногтева Софья Семеновна