



Утверждаю

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

МЕНЮ
8 сентября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное	210	18,82	3,70	7,90	31,90	214,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сливочное, батон нарезной пшен мука 1 сорт	40/10	33,28	3,10	21,00	19,80	281,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,59	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,15	2,90	0,20	19,40	91,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	51,78	2,50	1,80	3,70	59,00
Итого		110,62	12,20	30,90	99,00	742,00
Всего		110,62	12,20	30,90	99,00	742,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

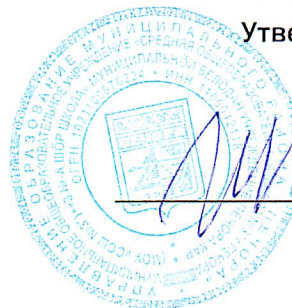
8 сентября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное	210	20,16	4,20	8,20	31,40	216,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сливочное, батон нарезной пшен мука 1 сорт	40/10	34,51	3,60	21,20	22,70	296,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,59	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	7,00	5,00	0,40	32,60	154,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	49,50	2,50	1,80	3,70	59,00
Итого		113,76	15,30	31,60	114,60	822,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыбн консервы в масле скумбрия атл бланш, крупа перловая	250	33,83	10,20	3,60	30,80	196,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	8,09	5,60	4,80	33,90	201,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	80	47,17	22,60	23,90	41,20	475,00
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	7,00	5,00	0,40	32,60	154,00
Итого		97,92	43,40	32,70	153,00	1 084,00
Всего		211,68	58,70	64,30	267,60	1 906,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ностева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

8 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 РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыбн консервы в масле скумбрия атл.бланш, рис круглый, крупа перловая	200	32,77	9,40	2,50	24,60	158,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,87	5,50	4,60	33,80	199,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	80	41,26	19,50	24,40	12,00	350,00
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	4,20	3,00	0,20	19,60	92,00
Итого		87,95	37,40	31,70	104,50	857,00
Всего		87,95	37,40	31,70	104,50	857,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

8 сентября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,87	5,50	4,60	33,80	199,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	80	42,90	20,20	25,10	11,80	358,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,59	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,25	3,00	0,30	19,80	94,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	100	21,35	6,70	13,60	50,80	353,00
Итого		78,97	35,40	43,60	140,40	1 101,00
Всего		78,97	35,40	43,60	140,40	1 101,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

8 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное	210	14,07	1,20	8,30	26,20	184,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт	40/10	115,17	34,80	30,00	225,60	1 315,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,97	0,00	0,00	29,00	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	45,00	2,20	1,70	3,40	54,00
Итого		247,17	87,80	44,00	610,40	3 208,00
Всего		247,17	87,80	44,00	610,40	3 208,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна