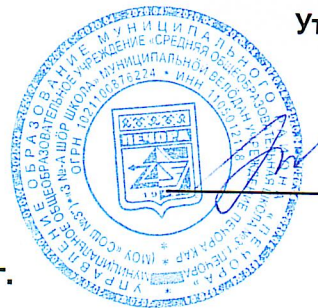


Утверждаю

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



МЕНЮ

22 октября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	44,87	17,60	23,50	8,20	320,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	31,38	10,70	11,70	27,90	261,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,30	2,80	2,80	12,50	87,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,70	3,20	0,30	20,80	98,00
БАНАН мандарин	100	52,23	1,40	0,40	13,50	68,00
Итого		145,48	35,70	38,70	82,90	834,00
Всего		145,48	35,70	38,70	82,90	834,00

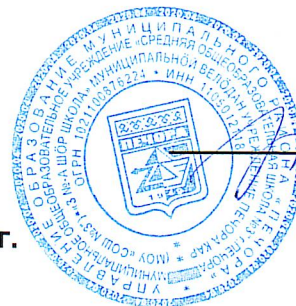
Зав. производством (шеф-повар)

cl

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

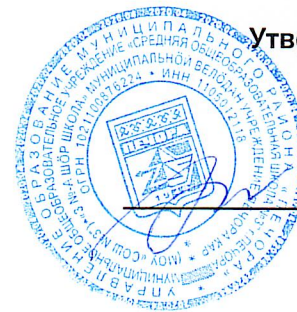
22 октября 2025 г.

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, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	54,72	20,60	27,10	11,00	376,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	31,52	10,70	11,80	27,70	261,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	15,97	3,40	3,20	13,10	96,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,14	4,10	0,30	27,20	128,00
БАНАН мандарин	100	52,20	1,40	0,40	13,50	68,00
Итого		160,55	40,20	42,80	92,50	929,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	250	16,94	6,50	7,00	20,00	323,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	116,51	29,40	17,10	7,30	300,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	20,53	4,80	6,40	23,10	170,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,82	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,14	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		161,94	44,80	30,80	92,10	979,00
Всего		322,49	85,00	73,60	184,60	1 908,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
22 октября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, масло подсолнечное рафинированое	90	48,67	17,60	28,70	8,40	367,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	37,52	10,50	16,40	26,60	298,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	16,84	2,40	1,50	10,70	67,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		103,03	30,50	46,60	45,70	732,00
Всего		103,03	30,50	46,60	45,70	732,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

22 октября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОЛБАСА ВАРЕНАЯ колбаса сливочная	90	50,30	13,30	8,90	0,00	133,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	18,07	3,00	7,70	20,20	162,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,56	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,22	2,80	0,20	18,70	88,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, молоко сгущенное варенка	100	29,05	8,70	1,60	64,90	308,00
Итого		104,20	27,80	18,40	128,00	788,00
Всего		104,20	27,80	18,40	128,00	788,00

Зав. производством (шеф-повар)

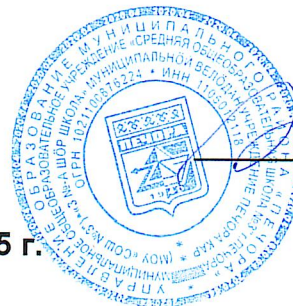
Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

22 октября 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, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	200	17,00	7,00	6,90	23,40	338,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свѣм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	109,47	27,30	17,00	4,20	278,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	18,02	2,90	7,60	20,20	161,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,83	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,36	3,60	0,30	23,70	112,00
Итого		151,68	40,80	31,80	86,10	947,00
Всего		151,68	40,80	31,80	86,10	947,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Ногтева

Ногтева Софья Семеновна