



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

4 октября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНАЯ С ТВОРОГОМ <small>пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, творог 9,0% жирности, сахар песок</small>	200	27,33	11,80	14,50	59,40	416,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок</small>	200	12,92	3,90	4,10	25,20	154,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
ШОКОЛАД <small>шоколад молочный</small>	90	94,97	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		143,08	22,00	19,40	125,90	767,00
Обед						
СУП РЫБНЫЙ <small>картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, горбуша свм</small>	200	28,81	8,30	5,40	12,70	133,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ <small>свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, молоко тетрапак</small>	80	37,24	11,30	24,30	13,20	258,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, макаронные изделия 1 сорт</small>	120	5,83	3,80	4,60	23,30	149,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой</small>	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		81,52	29,60	34,80	104,50	790,00
Всего		224,60	51,60	54,20	230,40	1 557,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

4 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНАЯ С ТВОРОГОМ <small>пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, творог 9,0% жирности, сахар песок</small>	200	23,75	10,50	13,10	57,30	390,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок</small>	200	10,99	3,20	3,30	24,10	140,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,34	2,60	0,20	17,30	82,00
ШОКОЛАД <small>шоколад молочный</small>	90	94,97	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		133,06	16,40	16,90	99,20	617,00
Всего		133,06	16,40	16,90	99,20	617,00

Зав. производством (шеф-повар)

Лариса

Акменова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ"СОШ№3"
/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

4 октября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП РЫБНЫЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, горбуша свѣм	200	33,71	9,90	6,10	12,60	145,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый	80	44,01	10,60	21,20	6,70	207,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая	120	1,86	3,80	0,50	23,30	113,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	1,14	0,90	0,10	5,90	28,00
Итого		82,51	25,20	27,90	63,10	551,00
Всего		82,51	25,20	27,90	63,10	551,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю



Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

4 октября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80	58,40	14,40	26,30	8,40	266,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая	120	2,22	4,60	0,70	27,90	136,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, чай нури листовой, сахар песок	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	0,99	0,80	0,10	5,20	24,00
КОЛБАСА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, колбаса сливочная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.)	100	25,99	6,80	5,50	1,20	81,00
Итого		89,39	26,60	32,60	57,20	565,00
Всего		89,39	26,60	32,60	57,20	565,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова

Аксенова Лариса Евгеньевна