

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

7 октября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, голень цб	200	7,97	6,50	3,10	13,50	157,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80	63,09	15,90	31,40	6,70	265,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ рис длиннозерный, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	120	11,15	2,80	6,10	30,30	188,00
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	3,43	2,70	0,20	17,80	84,00
Итого		87,43	27,90	40,80	82,90	752,00
Всего		87,43	27,90	40,80	82,90	752,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

Копыльцова Элла Николаевна

МЕНЮ

7 октября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, яйца куриные (шт.), филе грудки, чеснок	80	39,35	18,30	19,90	11,10	301,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	120	9,36	6,80	7,80	30,50	219,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
МАНДАРИН мандарин	184	46,86	1,50	0,40	13,80	70,00
ШОКОЛАД 15гр шоколад аленка 15гр	15	22,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		127,20	32,90	28,90	111,20	845,00
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, голень цб	200	8,07	6,60	3,60	13,60	162,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80	73,59	19,00	34,50	13,60	334,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ рис длиннозерный, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	120	11,19	2,80	6,20	30,30	188,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		102,49	34,60	44,80	112,80	934,00
Всего		229,69	67,50	73,70	224,00	1 779,00

Зав. производством (шеф-повар)



Акменова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

7 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. <small>фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, яйца куриные (шт.), филе грудки, чеснок</small>	80	29,64	14,70	16,30	5,70	233,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное</small>	120	8,98	6,80	7,40	30,70	216,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>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	3,06	2,40	0,20	15,90	75,00
МАНДАРИН <small>мандарин</small>	209	53,40	1,70	0,40	15,70	80,00
ШОКОЛАД 15гр <small>шоколад аленка 15гр</small>	15	22,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		118,86	25,70	24,60	83,00	667,00
Всего		118,86	25,70	24,60	83,00	667,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

7 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 б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80	55,23	13,40	25,50	7,80	253,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ рис длиннозерный, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная	120	11,20	2,80	6,20	30,30	188,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	50	8,84	0,40	0,10	1,30	7,00
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	3,31	2,60	0,20	17,20	81,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая	70	7,68	5,30	13,10	41,90	306,00
Итого		88,05	24,50	45,10	113,00	893,00
Всего		88,05	24,50	45,10	113,00	893,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

7 октября 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Всего		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна