



Утверждаю

Директор  
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

8 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ</b> вода питьевая, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, говядина б/к, яйца куриные (шт)	80/25	40,83	13,00	28,00	0,60	93,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	11,93	2,50	4,20	17,00	116,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> сахар песок, вода питьевая, вишня, клубника мор, брусника	200	15,29	0,10	0,00	20,00	82,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,12	2,50	0,20	16,20	76,00
<b>БАТОНЧИК</b> батончик бабаевский	50	55,00	0,10	0,20	0,50	5,00
<b>Итого</b>		126,17	18,20	32,60	54,30	372,00
<b>Всего</b>		126,17	18,20	32,60	54,30	372,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ 'СОШ №3'  
Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

8 октября 2024 г.

## ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ</b> <small>говядина б/к, вода питьевая, масло сливочное, свинина б/к, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.)</small>	80/25	28,28	8,10	16,60	0,50	67,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	120	21,84	5,80	9,30	19,40	185,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> <small>вишня, вода питьевая, сахар песок, клубника мор., брусника</small>	200	14,27	0,10	0,00	16,00	66,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	8,99	7,10	0,60	46,60	220,00
<b>БАТОНЧИК</b> <small>батончик бабаевский</small>	50	55,00	0,10	0,20	0,50	5,00
<b>Итого</b>		128,37	21,20	26,70	83,00	543,00
<b>Обед</b>						
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ</b> <small>капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, картофель, сметана 20% жирности, голень цб</small>	200	18,00	10,30	12,00	12,20	369,00
<b>БИТОЧКИ КУР.</b> <small>молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, филе грудки</small>	80	38,95	18,20	19,90	12,00	305,00
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> <small>макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная</small>	120	5,60	4,50	4,10	27,50	165,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> <small>брусника, сахар песок, вода питьевая, клубника мор.</small>	200	13,38	0,10	0,00	19,80	81,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	8,99	7,10	0,60	46,60	220,00
<b>Итого</b>		84,92	40,20	36,60	118,10	1 140,00
<b>Всего</b>		213,29	61,40	63,30	201,10	1 683,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

8 октября 2024 г.

## Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ</b> капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 20% жирности, картофель, голень цб	200	18,00	10,20	11,60	11,90	364,00
<b>БИТОЧКИ КУР.</b> фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, филе грудки, яйца куриные (шт.)	80	30,27	15,20	16,60	5,90	238,00
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное	120	6,97	4,60	5,40	27,90	179,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> брусника, сахар песок, вода питьевая, клубника мор	200	14,52	0,10	0,00	19,90	81,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	38	3,63	2,90	0,20	18,80	89,00
<b>Итого</b>		73,39	33,00	33,80	84,40	951,00
<b>Всего</b>		73,39	33,00	33,80	84,40	951,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3  
/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

8 октября 2024 г.

## Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>БИТОЧКИ КУР.</b> <small>фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, филе грудки, яйца куриные (шт)</small>	80	37,19	18,30	19,80	5,50	277,00
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> <small>макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное</small>	120	7,73	5,00	5,50	30,60	192,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> <small>брусника, сахар песок, вода питьевая, клубника мор</small>	200	14,58	0,10	0,00	19,90	81,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,15	2,40	0,20	15,80	75,00
<b>ШАНЬГА С КАРТОФЕЛЕМ</b> <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, картофель, масло подсолнечное рафинированное, молоко тетрапак</small>	100	10,49	5,30	4,60	31,40	188,00
<b>КОНФЕТА</b> <small>конфеты трепет</small>	30	14,55	1,80	8,10	18,90	147,00
<b>Итого</b>		87,68	32,90	38,20	122,10	960,00
<b>Всего</b>		87,68	32,90	38,20	122,10	960,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна