

Утверждаю

И.о. директора
МОУ СОШ №3
/Фокина О.Э/



МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	37,64	16,80	23,80	5,70	310,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	9,90	8,40	7,60	37,90	253,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой, лимон	200	3,93	0,00	0,00	22,40	91,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,89	3,10	0,30	20,20	95,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт), маргарин столовый, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, молоко тетрапак, сметана 20% жирности	100	35,74	12,70	30,20	46,70	511,00
Итого		91,11	41,00	61,90	132,90	1 260,00
Всего		91,11	41,00	61,90	132,90	1 260,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'
/Фокина О.Э/



МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА <small>рис круглый, пшено, молоко конц, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное</small>	200	16,95	3,60	7,00	43,70	252,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок</small>	200	12,69	3,00	2,90	28,20	152,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,85	3,00	0,30	19,90	94,00
ШОКОЛАД 87гр <small>молочный шоколад87гр</small>	87	85,00	0,10	0,30	0,60	5,00
Итого		118,48	9,70	10,50	92,40	503,00
Всего		118,48	9,70	10,50	92,40	503,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'
/Фокина О.Э/



МЕНЮ

9 декабря 2024 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, горбуша свѣм	200	33,05	9,20	4,60	14,60	137,00
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	40,34	17,80	24,80	5,70	322,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	9,94	8,40	7,60	37,90	254,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой, лимон	200	4,33	0,10	0,00	22,40	91,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,19	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		91,85	38,80	37,30	102,30	907,00
Всего		91,85	38,80	37,30	102,30	907,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ СОШ №3
/Фокина О.Э/



МЕНЮ
9 декабря 2024 г.

ОВЗ

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	200	9,54	1,30	5,30	27,00	161,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	14,57	3,90	4,10	25,20	154,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
ШОКОЛАД 87гр молочный шоколад 87гр	87	85,00	0,10	0,30	0,60	5,00
Итого		116,97	11,50	10,20	93,60	512,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая, горбуша св\м	200	30,12	8,40	4,90	14,60	136,00
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ фарш цб, молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	48,02	20,00	27,30	10,50	374,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	9,37	8,30	7,20	37,70	249,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой, лимон	200	3,24	0,00	0,00	14,70	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		98,61	42,90	39,90	118,30	1 011,00
Всего		215,57	54,40	50,10	211,90	1 523,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Ногтева

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

И.о.директора
МОУ 'СОШ №3'
/Фокина О.Э./

МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА <small>рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное</small>	200	102,61	30,30	39,30	52,40	688,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	104,53	31,50	32,50	46,60	610,00
Итого		207,14	61,80	71,80	99,00	1 298,00
Всего		207,14	61,80	71,80	99,00	1 298,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна