



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

9 октября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ТЕФТЕЛИ СЧ СОУСОМ <small>говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт), молоко тетрапак</small>	80/25	46,42	12,60	26,90	6,10	188,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	120	15,11	2,10	8,80	13,70	143,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая</small>	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,91	3,10	0,30	20,30	96,00
ЯБЛОКО <small>яблоки</small>	130	18,85	0,50	0,50	12,70	61,00
Итого		89,29	18,30	36,50	72,20	565,00
Всего		89,29	18,30	36,50	72,20	565,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
9 октября 2024 г.

Многолетние. 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 سالم	200	21,98	6,90	3,80	14,60	121,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина б/к, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80/25	36,76	10,70	24,40	6,20	169,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	15,31	2,20	8,90	13,80	145,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш. сорт	40	3,70	2,90	0,20	19,20	91,00
Итого		82,76	22,70	37,30	73,20	603,00
Всего		82,76	22,70	37,30	73,20	603,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

9 октября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ <small>яйца куриные (шт.)</small>	40	11,50	5,00	4,50	0,30	61,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, сыр сметанковый, масло сливочное</small>	150/15	20,20	8,20	12,90	29,60	268,00
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сосиски для завтрака</small>	100	29,78	6,90	14,90	1,80	169,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай нури листовой, вода питьевая, сахар песок</small>	200	1,82	0,00	0,00	15,10	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
ВАФЛИ <small>вафли</small>	50	15,32	1,40	1,70	38,70	177,00
БАНАН <small>банан</small>	179	47,28	2,70	0,90	37,60	172,00
Итого		132,88	29,70	35,40	159,30	1 078,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ <small>картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, горбуша селм</small>	200	22,19	6,90	4,10	14,60	123,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ <small>говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак</small>	80/25	43,96	13,20	27,70	10,10	224,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	120	22,71	4,90	11,80	18,10	198,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая</small>	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
Итого		100,85	30,50	44,10	98,40	793,00
Всего		233,72	60,20	79,50	257,70	1 871,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

9 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ <small>яйца куриные (шт.)</small>	40	11,50	5,00	4,50	0,30	61,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, сыр сметанковый, масло сливочное, соль йодированная</small>	150/15	25,20	8,20	13,00	29,30	268,00
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сосиски для завтрака</small>	100	28,29	10,40	15,90	27,00	293,00
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	3,15	2,50	0,20	16,30	77,00
ВАФЛИ <small>вафли</small>	50	15,37	1,40	1,70	38,70	177,00
БАНАН <small>банан</small>	179	47,26	2,70	0,90	37,50	172,00
Итого		132,55	30,20	36,20	163,60	1 106,00
Всего		132,55	30,20	36,20	163,60	1 106,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна