

Утверждаю



Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
13 февраля 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, молоко тетрапак	80	42,93	11,90	29,40	6,30	209,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,44	3,40	5,60	37,40	214,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,73	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,70	2,90	0,20	19,20	91,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности	100	25,99	14,90	14,20	72,70	479,00
Итого		86,79	33,10	49,40	150,20	1 051,00
Всего		86,79	33,10	49,40	150,20	1 051,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

13 февраля 2025 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ <small>горбуша с/м, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	80	42,42	10,60	12,70	6,00	180,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>картофель, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	18,66	2,10	8,40	16,50	150,00
ЧАЙ БЕЗ САХАРА <small>сахар песок, чай нури листовой</small>	200	2,81	0,00	0,00	29,00	116,00
ЯБЛОКО <small>яблоки</small>	200	29,00	0,80	0,80	19,60	94,00
Итого		92,89	13,50	21,90	71,10	540,00
Всего		92,89	13,50	21,90	71,10	540,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 февраля 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, соль йодированная, сметана 20% жирности, картофель, голень цб, укроп, петрушка	200	16,62	5,10	7,10	10,20	201,00
КОТЛета МЯСНАЯ свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, молоко тетрапак	80	47,62	14,10	34,10	8,00	224,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,80	3,70	5,60	40,10	226,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,73	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш. сорт	40	3,70	2,90	0,20	19,20	91,00
Итого		82,47	25,80	47,00	92,00	800,00
Всего		82,47	25,80	47,00	92,00	800,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 февраля 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛета РЫБНАЯ горбуша свм, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	39,94	13,90	10,10	37,20	295,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	23,36	4,40	8,30	20,00	173,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,45	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	5,24	4,10	0,30	27,20	128,00
ЯБЛОКО яблоки	199	28,88	0,80	0,80	19,50	94,00
Итого		99,87	23,20	19,50	128,10	787,00
Обед						
БОРЦ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, соль йодированная, сметана 20% жирности, картофель, голень цб, лавровый лист	250	21,27	6,30	8,10	12,50	243,00
КОТЛета МЯСНАЯ свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	80	48,05	14,20	31,40	11,10	256,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,70	3,70	5,50	40,10	225,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,73	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	5,24	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		89,00	28,30	45,30	105,40	910,00
Всего		188,87	51,50	64,80	233,50	1 697,00

Зав. производством (шеф-повар) _____

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 февраля 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свлм, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	47,09	12,90	9,00	12,10	180,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	17,41	2,70	6,50	17,20	138,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,45	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,65	2,90	0,20	18,90	89,00
ЯБЛОКО яблоки	199	28,88	0,80	0,80	19,50	94,00
Итого		99,48	19,30	16,50	91,90	598,00
Всего		99,48	19,30	16,50	91,90	598,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна