

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ крупка кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная	200	19,45	3,30	7,90	24,50	182,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко тетрапак	200	14,53	3,80	3,50	27,30	156,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
МАНДАРИН мандарин	191	48,73	1,50	0,40	14,30	73,00
ВАФЛИ вафли коровка 50гр	1	38,89	0,00	0,00	0,90	4,00
Итого		128,60	14,10	12,30	103,20	586,00
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, крупа перловая, сметана 20% жирности, голень цб	200	33,11	8,00	10,20	24,40	316,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, яйца куриные (шт)	100/25	33,31	7,10	18,80	1,80	134,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	24,46	5,80	8,40	25,40	201,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	200	2,15	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
Итого		100,02	26,40	37,90	107,20	899,00
Всего		228,62	40,50	50,20	210,40	1 485,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина б/к, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, яйца куриные (шт.)	100/25	42,04	9,60	23,50	2,40	158,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	15,30	3,00	5,00	21,00	142,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ помидор свежий	40	15,83	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,15	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	2,45	1,90	0,20	12,70	60,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	100	9,90	8,30	13,10	61,70	397,00
Итого		87,66	22,80	41,80	117,20	834,00
Всего		87,66	22,80	41,80	117,20	834,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'
/Фокина О.Э/



МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ <small>крупа кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	200	16,11	2,40	6,50	23,10	160,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко тетрапак</small>	200	11,42	2,80	2,50	25,60	136,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,95	3,10	0,30	20,50	97,00
МАНДАРИН <small>мандарин</small>	191	48,65	1,50	0,40	14,30	73,00
ВАФЛИ <small>вафли коровка 50гр</small>	1	36,00	0,00	0,00	0,80	4,00
Итого		116,13	9,80	9,70	84,30	470,00
Всего		116,13	9,80	9,70	84,30	470,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'
/Фокина О.Э/

МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, крупа перловая, сметана 20% жирности, голень цб	200	27,23	7,90	9,80	24,20	312,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина б/к, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, яйца куриные (шт)	100/25	43,47	9,10	23,50	2,40	150,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	15,41	3,00	5,10	21,10	142,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	2шт	2,15	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	2,13	1,70	0,10	11,10	52,00
Итого		90,39	21,70	38,50	78,20	733,00
Всего		90,39	21,70	38,50	78,20	733,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна