



Утверждаю

Директор  
МОУ'СОШ№3'  
/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

13 сентября 2024 г.

## Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ</b> капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь томатная паста, сахар песок	110/50	32,07	8,00	16,20	3,50	107,00
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	9,89	2,00	3,90	13,40	97,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	3,72	3,10	0,30	20,30	96,00
<b>БУЛОЧКА ВЫБОРТСКАЯ С ПОВИДЛОМ</b> мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное	100	9,13	5,60	3,40	52,30	262,00
<b>АПЕЛЬСИН</b> апельсин	200	34,12	1,80	0,40	16,20	86,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200/15	1,13	0,00	0,00	14,60	58,00
<b>Итого</b>		90,06	20,50	24,20	120,30	706,00
<b>Всего</b>		90,06	20,50	24,20	120,30	706,00

Зав. производством (шеф-повар)

*Лариса Евгеньевна*

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

## МЕНЮ

13 сентября 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>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b> картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, рис круглый, бедро цб, сметана 20% жирности	200	16,64	3,80	10,40	7,60	239,00
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ</b> капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок	100/50	32,85	9,10	20,10	6,40	142,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	13,49	2,10	7,30	13,30	128,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,60	3,00	0,20	19,60	92,00
<b>ЯБЛОКО</b> яблоки	150	14,64	0,70	0,70	16,30	78,00
<b>Итого</b>		82,34	18,70	38,70	77,70	737,00
<b>Всего</b>		82,34	18,70	38,70	77,70	737,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

13 сентября 2024 г.

## ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ</b> крупка кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная	200	19,27	4,20	9,00	21,80	185,00
<b>БУЛОЧКА С СЫРОМ</b> мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное	100	23,96	13,70	14,40	59,90	424,00
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,69	4,50	4,60	21,90	148,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	8,56	7,10	0,60	46,60	220,00
<b>Итого</b>		64,48	29,50	28,60	150,20	977,00
<b>Обед</b>						
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b> картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, рис круглый, сметана 20% жирности	200	29,62	1,70	8,30	8,10	115,00
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ</b> капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, масло сливочное, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок	100/50	30,48	8,00	21,70	7,00	176,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	21,58	5,70	9,30	18,90	183,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,18	0,00	0,00	15,20	61,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	8,56	7,10	0,60	46,60	220,00
<b>Итого</b>		91,43	22,50	39,90	95,80	755,00
<b>Всего</b>		155,90	52,00	68,50	246,00	1 732,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна

Утверждаю



Директор  
МОУ СОШ №3  
Копыльцова Элла Николаевна

# МЕНЮ

13 сентября 2024 г.

## 1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ <small>крупа кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	200	12,61	2,00	6,10	17,70	134,00
БУЛОЧКА С СЫРОМ <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	20,32	12,50	12,00	61,50	404,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	7,74	2,70	2,70	18,40	109,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт</small>	40	3,76	3,10	0,30	20,50	97,00
ШОКОЛАД <small>шоколад молочный</small>	90	95,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		139,45	20,40	21,40	118,60	749,00
Всего		139,45	20,40	21,40	118,60	749,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна