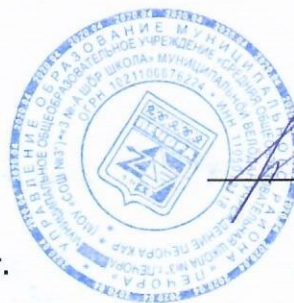


Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'
/Беленко.Н.Н./



МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ <small>свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	60	3,67	0,70	4,10	4,10	56,00
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ <small>горбуша с/м, лук репчатый, соль йодированная, масло сливочное, морковь</small>	80	50,57	13,00	6,40	2,40	119,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	23,06	4,90	9,10	20,70	185,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖ.ЯГОД <small>вода питьевая, сахар песок, вишня, смородина красная, клубника мор.</small>	200	23,25	0,30	0,10	17,30	73,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт</small>	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
БАНАН <small>банан</small>	210	65,72	3,50	1,20	49,50	226,00
Итого		172,55	27,40	21,30	126,60	813,00
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ <small>капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности</small>	200	18,00	6,40	10,40	7,30	251,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ <small>молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб, филе грудки, яйца куриные (шт.) чеснок</small>	80	45,73	18,70	25,30	9,90	347,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный</small>	150	13,08	3,70	5,80	40,10	228,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой</small>	200	1,76	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт</small>	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
Итого		84,86	33,80	41,90	104,40	1 038,00
Всего		257,41	61,20	63,20	231,00	1 851,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о. директора
МОУ СОШ №3
/Беленко.Н.Н/



МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

1-4 классы

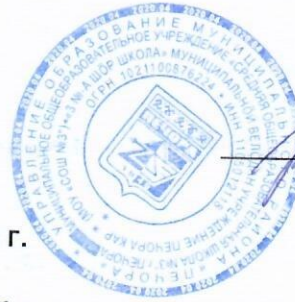
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ <small>свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	60	3,94	0,80	3,00	4,70	48,00
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ <small>горбуша свм, лук репчатый, соль йодированная, масло сливочное, морковь</small>	80	65,06	17,00	7,60	2,40	146,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	15,80	2,70	6,50	17,20	138,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖ.ЯГОД <small>вода питьевая, сахар песок, вишня, смородина красная, клубника мор</small>	200	20,57	0,30	0,10	17,30	73,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,93	3,10	0,30	20,40	96,00
БАНАН <small>банан</small>	210	65,75	3,50	1,20	49,60	227,00
Итого		175,04	27,40	18,70	111,60	728,00
Всего		175,04	27,40	18,70	111,60	728,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ "СОШ №3"
/Беленко Н.Н./



МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ <small>свекла, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная</small>	60	5,06	0,80	9,80	4,80	110,00
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ <small>горбуша св.м, лук репчатый, соль йодированная, масло сливочное, морковь</small>	80	75,19	17,90	13,50	2,90	205,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	108,14	31,20	39,50	62,30	733,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖ.ЯГОД <small>вода питьевая, вишня, смородина красная, клубника мор</small>	200	25,89	0,40	0,10	4,00	21,00
КИВИ <small>киви</small>	130	34,97	0,50	0,40	13,40	61,00
Итого		249,25	50,80	63,30	87,40	1 130,00
Всего		249,25	50,80	63,30	87,40	1 130,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Н.

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ СОШ №3
/Беленко Н.Н./



МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА КУРИНАЯ молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	42,33	18,50	25,60	6,10	334,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,90	3,70	5,70	40,10	226,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,76	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,87	3,10	0,30	20,00	95,00
БУЛОЧКА СО СГУЦ.ВАРЕНКА мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, молоко сгущеное варенка	100	21,84	7,50	12,90	59,70	385,00
Итого		82,70	32,80	44,50	140,50	1 098,00
Всего		82,70	32,80	44,50	140,50	1 098,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'
/Беленко Н.Н./



МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	205	18,00	6,90	10,40	9,20	261,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	42,37	18,50	25,60	6,10	335,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,92	3,70	5,70	40,10	226,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,76	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	43	4,19	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		79,24	32,40	42,00	91,60	983,00
Всего		79,24	32,40	42,00	91,60	983,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна