



Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

17 октября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
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 б/к, яйца куриные (шт.)</small>	80/25	54,21	15,00	32,00	4,40	195,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	120	11,49	2,10	5,20	13,70	110,00
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	3,89	3,10	0,30	20,20	95,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая</small>	100	7,37	7,40	12,80	59,70	383,00
Итого		78,74	27,60	50,30	112,50	841,00
Всего		78,74	27,60	50,30	112,50	841,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

17 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, филе груцдки, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное	80	42,00	18,30	31,70	4,50	380,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	120	7,84	6,30	6,00	28,30	192,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,75	0,00	0,00	29,00	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,91	3,10	0,30	20,30	96,00
ГРУША груша	170	39,95	0,70	0,50	17,50	80,00
ШОКОЛАД 15гр шоколад аленка 15гр	15	25,35	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		124,80	28,50	38,80	100,10	869,00
Всего		124,80	28,50	38,80	100,10	869,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
17 октября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, филе грудчки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	41,04	17,50	19,10	10,70	289,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	120	7,57	6,20	5,60	28,10	188,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,50	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
ГРУША груша	170	39,95	0,70	0,50	17,50	80,00
ШОКОЛАД 15гр шоколад аленка 15гр	15	25,35	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		127,28	30,70	26,00	112,10	812,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая, рыба минтай бг.	200	26,56	9,70	4,50	17,30	149,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк	80/25	34,33	9,40	25,30	9,20	201,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	120	21,01	5,30	8,20	18,60	170,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		91,54	30,60	38,50	100,40	770,00
Всего		218,82	61,30	64,50	212,50	1 582,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
17 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, рыба минтай бг, укроп, петрушка, лавровый лист	200	22,36	7,80	4,60	13,80	128,00
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 бк, яйца куриные (шт.)	80/25	54,13	15,00	32,00	4,40	194,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	100	9,89	1,80	4,50	11,50	94,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,20	2,50	0,20	16,60	78,00
Итого		91,36	27,10	41,30	60,90	552,00
Всего		91,36	27,10	41,30	60,90	552,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

17 октября 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. <small>молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, филе грудки, яйца куриные (шт)</small>	80	136,43	48,80	51,00	54,90	882,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная</small>	120	12,28	7,30	9,90	33,00	250,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), вода питьевая</small>	200	3,50	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША <small>груша</small>	170	39,95	0,70	0,50	17,50	80,00
Итого		192,16	56,80	61,40	105,40	1 212,00
Всего		192,16	56,80	61,40	105,40	1 212,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна