

/Э.Н.Копыльцова/

19 февраля 2026 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150/40	75,02	26,40	19,50	20,60	369,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, клубника мор., смородина черная	200	16,13	0,20	0,10	20,40	84,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	3,18	2,00	0,20	13,40	63,00
Итого		102,83	33,60	24,30	54,70	577,00
Всего		102,83	33,60	24,30	54,70	577,00

Зав. производством (шеф-повар)



Ногтева Софья Семеновна

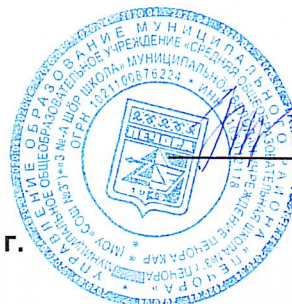
Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

19 февраля 2026 г.

Абонементское питание

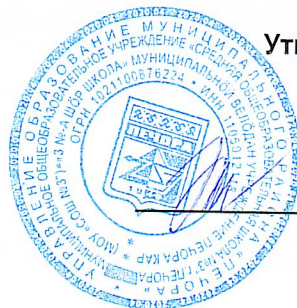


Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	75,41	25,00	37,60	37,00	586,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,74	2,40	0,20	15,80	74,00
ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, творог 9,0% жирности, масло подсолнечное рафинированное	100	25,32	16,30	9,70	55,00	374,00
Итого		106,31	43,70	47,50	122,40	1 092,00
Всего		106,31	43,70	47,50	122,40	1 092,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Е.

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

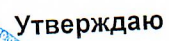
МЕНЮ
19 февраля 2026 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	74,16	28,50	25,00	26,70	450,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, клубника мор., смородина черная	200	19,57	0,20	0,10	20,70	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		102,23	33,70	29,60	47,70	597,00
Всего		102,23	33,70	29,60	47,70	597,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Директор
МОУ 'СОШ №3'
Н.Копыльцова/

МЕНЮ
19 февраля 2026 г.

Дерматит

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	74,15	28,50	25,00	26,70	450,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, клубника мор., смородина черная	200	19,56	0,20	0,10	20,70	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		102,21	33,70	29,60	47,70	597,00
Всего		102,21	33,70	29,60	47,70	597,00

Зав. производством (шеф-повар) _____ Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ

19 февраля 2026 г.

Детский дом

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	200	20,02	4,90	14,90	19,40	356,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	64,78	19,40	33,60	38,20	533,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,22	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		87,02	24,30	48,50	77,00	966,00
Всего		87,02	24,30	48,50	77,00	966,00

Зав. производством (шеф-повар)

EC

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ
19 февраля 2026 г.

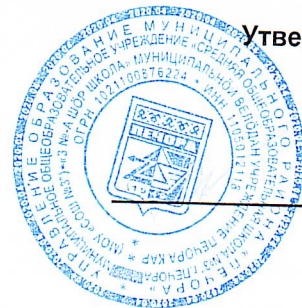
ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150/40	74,05	26,10	19,10	20,40	363,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, вода питьевая, чай нури листовой	200	2,60	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	7,74	5,00	0,40	32,60	154,00
Итого		92,89	36,10	24,00	77,50	675,00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	250	19,09	5,70	9,90	13,50	321,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	64,29	20,90	33,90	37,10	537,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	7,74	5,00	0,40	32,60	154,00
Итого		92,98	31,60	44,20	97,70	1 070,00
Всего		185,87	67,70	68,20	175,20	1 745,00

Зав. производством (шеф-повар)

ce

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ

19 февраля 2026 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	200	15,11	4,60	7,90	10,30	255,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	70,93	23,40	36,00	37,00	565,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,08	2,60	0,20	17,20	81,00
Итого		91,97	30,60	44,10	79,10	959,00
Всего		91,97	30,60	44,10	79,10	959,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна