

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 января 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ <small>сосиски для завтрака</small>	48	24,28	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый</small>	150/15	26,40	10,20	10,30	31,00	258,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко тетрапак</small>	200	13,04	2,90	2,40	26,10	138,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,28	2,60	0,20	17,00	80,00
ШОКОЛАД <small>шоколад аленка 15гр</small>	15	27,00	0,10	0,30	0,60	5,00
Итого		93,99	15,80	13,20	74,70	481,00
Всего		93,99	15,80	13,20	74,70	481,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

22 января 2025 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ <small>сосиски для завтрака</small>	50	9,90	2,10	4,60	0,10	50,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый</small>	150/15	20,18	6,50	11,20	26,60	234,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>кофейный напиток, вода питьевая</small>	200	5,25	1,00	0,00	5,20	25,00
Итого		35,33	9,60	15,80	31,90	309,00
Всего		35,33	9,60	15,80	31,90	309,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ
22 января 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>макаронные изделия 1 сорт, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, бедро цб</small>	200	12,38	5,70	6,20	14,10	289,00
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" <small>говядина б/к, лук репчатый, морковь, молоко тетрапак, яйца куриные (шт), соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, свинина бк</small>	80	57,31	16,00	33,10	6,50	217,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	10,03	8,40	7,60	37,90	253,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой</small>	200	1,74	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт</small>	40	3,87	3,10	0,30	20,10	95,00
Итого		85,33	33,20	47,20	93,20	912,00
Всего		85,33	33,20	47,20	93,20	912,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ела

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ
22 января 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" говядина б/к, лук репчатый, морковь, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, свинина б/к	80	56,91	15,90	33,00	6,30	215,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	100	6,67	5,60	5,10	25,20	169,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,73	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	3,80	3,00	0,20	19,70	93,00
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное	80	12,20	7,80	3,30	67,70	331,00
Итого		81,32	32,30	41,60	133,40	866,00
Всего		81,32	32,30	41,60	133,40	866,00

Зав. производством (шеф-повар)

Олеги

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор

МОУ СОШ №3

/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

22 января 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ <small>сосиски для завтрака</small>	50	24,30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый</small>	150/15	24,43	9,70	9,50	30,80	249,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко тетрапак</small>	200	14,59	3,30	2,80	26,80	146,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	5,72	4,50	0,40	29,70	140,00
ШОКОЛАД <small>шоколад аленка 15гр</small>	15	27,00	0,10	0,30	0,60	5,00
Итого		96,03	17,60	13,00	87,90	540,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>макаронные изделия 1 сорт, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, бедро цб</small>	250	15,55	7,10	7,90	17,60	363,00
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" <small>говядина б/к, лук репчатый, морковь, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, свинина бк</small>	80	57,93	15,80	30,50	10,10	250,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	10,53	8,40	8,00	37,90	257,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой</small>	200	1,77	0,00	0,00	15,00	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	5,72	4,50	0,40	29,70	140,00
Итого		91,49	35,80	46,80	110,30	1 070,00
Всего		187,52	53,40	59,80	198,20	1 610,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна