

Утверждаю




И.о. директора  
МОУ 'СОШ №3'  
Фокина Ольга Эдуардовна/

# МЕНЮ

23 октября 2024 г.

## 1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ <small>яйца куриные (шт.)</small>	40	11,50	5,00	4,50	0,30	61,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, сыр сметанковый, масло сливочное</small>	150/15	41,63	14,00	20,40	29,30	359,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая</small>	200	5,38	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,12	2,50	0,20	16,20	76,00
БАНАН <small>банан</small>	177	46,80	2,70	0,90	37,20	170,00
БАТОНЧИК БАБАЕВСКИЙ <small>батончик бабаевский</small>	30	55,00	0,10	0,20	0,50	5,00
Итого		163,42	24,30	26,20	107,70	768,00
Всего		163,42	24,30	26,20	107,70	768,00

Зав. производством (шеф-повар)



Акменова Лариса Евгеньевна

Утверждаю



И.о. директора  
МОУ СОШ №3  
Фокина Ольга Эдуардовна

# МЕНЮ

23 октября 2024 г.

## Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ <small>яйца куриные (шт.)</small>	40	11,50	5,00	4,50	0,30	61,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ <small>макаронные изделия 1 сорт, сыр сметанковый, масло сливочное</small>	150/15	38,02	12,60	19,00	26,60	330,00
ЧАЙ БЕЗ САХАРА <small>вода питьевая, чай нури листовой</small>	200	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		50,17	17,60	23,50	26,90	391,00
Всего		50,17	17,60	23,50	26,90	391,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

И.о. директора  
МОУ СОШ №3'  
Фокина Ольга Эдуардовна



# МЕНЮ

23 октября 2024 г.

## Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ</b> <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, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, яйца куриные (шт.)</small>	80/25	38,56	11,50	25,10	14,00	221,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	15,98	3,10	6,70	20,20	154,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> <small>вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой</small>	200	2,53	0,00	0,00	24,20	97,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт</small>	40	4,06	3,20	0,30	21,00	99,00
<b>СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ</b> <small>мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сосиски для завтрака</small>	100	26,52	8,90	13,90	26,10	265,00
<b>Итого</b>		87,65	26,70	46,00	105,50	836,00
<b>Всего</b>		87,65	26,70	46,00	105,50	836,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю




И.о. директора  
МОУ 'СОШ №3'  
Фокина Ольга Эдуардовна/

# МЕНЮ

23 октября 2024 г.

## Многолетние. 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, рис длиннозерный, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	200	40,01	10,00	13,40	22,30	402,00
<b>ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ</b> 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	35,69	10,50	25,90	7,60	188,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	14,10	2,50	6,40	16,90	136,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,53	0,00	0,00	24,30	97,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	4,42	3,50	0,30	22,90	108,00
<b>Итого</b>		96,75	26,50	46,00	94,00	931,00
<b>Всего</b>		96,75	26,50	46,00	94,00	931,00

Зав. производством (шеф-повар)



Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

И.о. директора  
МОУ СОШ №3'  
Фокина Ольга Эдуардовна/**МЕНЮ**  
23 октября 2024 г.**ОВЗ**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	11,50	5,00	4,50	0,30	61,00
МАКАРОНЫ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, сыр сметанковый, масло сливочное	150/15	28,21	9,90	15,20	29,30	295,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,38	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
БАНАН банан	178	46,99	2,70	0,90	37,30	171,00
<b>Итого</b>		<b>98,37</b>	<b>22,60</b>	<b>21,00</b>	<b>123,70</b>	<b>778,00</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, рис длиннозерный, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	200	43,01	10,10	14,30	22,60	412,00
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 б/к, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, яйца куриные (шт.)	80/25	41,46	15,10	25,90	39,30	331,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	17,80	4,30	7,40	15,30	145,00
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	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
<b>Итого</b>		<b>110,33</b>	<b>34,50</b>	<b>48,00</b>	<b>124,30</b>	<b>1 100,00</b>
<b>Всего</b>		<b>208,70</b>	<b>57,10</b>	<b>69,00</b>	<b>248,00</b>	<b>1 878,00</b>

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна