

Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'

/Фокина Ольга Эдуардовна/



МЕНЮ

24 октября 2024 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>	65	32,46	11,00	23,90	0,40	261,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное</small>	150	12,58	3,60	5,70	38,90	221,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ <small>свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное</small>	60	14,23	1,30	3,70	6,20	63,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>сок сады придонья 0,2</small>	200	32,78	0,00	0,00	22,30	89,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,19	2,50	0,20	16,50	78,00
ПЕЧЕНЬЕ <small>печенье сахарок</small>	30	6,66	2,00	3,00	19,60	28,00
Итого		101,90	9,40	12,60	103,50	479,00
Всего		101,90	9,40	12,60	103,50	479,00

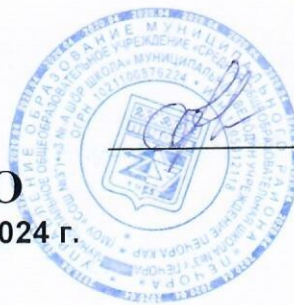
Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

И.о. директора
МОУ'СОШ№3'

/Фокина Ольга Эдуардовна/



МЕНЮ
24 октября 2024 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>	65	32,42	11,00	23,90	0,40	261,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное</small>	150	12,69	3,60	5,80	38,90	222,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ <small>свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное</small>	60	24,90	1,70	4,10	7,10	73,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>сок сады придонья 0,2</small>	200	32,78	0,00	0,00	22,30	89,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
ПЕЧЕНЬЕ <small>печенье сахарок</small>	30	6,67	2,00	3,00	19,60	28,00
Итого		115,74	12,30	13,30	120,50	566,00
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ <small>капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности, голень цб</small>	200	40,88	11,90	30,00	26,90	579,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ <small>рыба треска филе, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт), лук репчатый</small>	80	30,48	9,60	8,60	10,00	156,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное</small>	150	12,69	3,60	5,80	38,90	222,00
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	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
Итого		92,13	30,10	44,80	122,90	1 169,00
Всего		207,87	42,40	58,10	243,40	1 735,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

И.о.директора

МОУ 'СОШ №3'

/Фокина Ольга Эдуардовна/



МЕНЮ

24 октября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сметана 20% жирности, голень цб	200	38,35	11,00	21,90	26,90	484,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ рыба треска филе, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	80	26,45	8,40	6,30	6,30	116,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	12,71	3,60	5,80	38,90	222,00
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	3,31	2,60	0,20	17,20	81,00
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарок	30	6,66	2,00	3,00	19,60	28,00
Итого		89,26	27,60	37,20	123,50	989,00
Всего		89,26	27,60	37,20	123,50	989,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

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

МЕНЮ

24 октября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ рыба треска филе, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	80	39,01	12,10	6,50	6,40	132,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	12,64	3,60	5,80	38,90	222,00
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	3,78	3,00	0,20	19,60	92,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ соль йодированная, сахар песок, мука пшеничная высш сорт, дрожжи сухие, яйца куриные (шт.), творог 9,0% жирности, маргарин столовый, масло подсолнечное рафинированное	80	14,10	9,10	9,30	33,90	257,00
Итого		71,30	27,80	21,80	113,30	761,00
Всего		71,30	27,80	21,80	113,30	761,00

Зав. производством (шеф-повар)

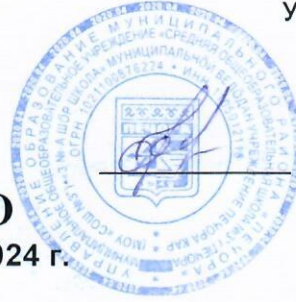
Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

И.о. директора

МОУ'СОШ№3'

/Фокина Ольга Эдуардовна/



МЕНЮ

24 октября 2024 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>	65	34,38	11,00	23,90	0,40	261,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия 1 сорт. соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное</small>	150	11,98	5,50	8,80	33,50	235,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ <small>свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое</small>	60	212,44	8,40	10,70	21,70	224,00
Итого		258,80	13,90	19,50	55,20	459,00
Всего		258,80	13,90	19,50	55,20	459,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна