



Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'

/Фокина Ольга Эдуардовна/

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ <small>крупка кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, маргарин столовый, соль йодированная</small>	200	11,88	2,30	6,40	23,00	159,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	12,35	3,20	3,30	24,10	140,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт</small>	40	3,77	3,00	0,20	19,50	92,00
МАНДАРИН <small>мандарин</small>	190	48,54	1,50	0,40	14,30	72,00
ШОКОЛАД <small>шоколад аленкуа 45гр</small>	45	45,00	0,10	0,30	0,60	6,00
Итого		121,54	10,10	10,60	81,50	469,00
Всего		121,54	10,10	10,60	81,50	469,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

И.о.директора

МОУ"СОШ№3"

/Фокина Ольга Эдуардовна/



МЕНЮ

25 октября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ крупка кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, маргарин столовый, соль йодированная	200	13,85	2,90	7,10	24,00	172,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	11,95	3,10	3,30	24,00	138,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
МАНДАРИН мандарин	190	48,45	1,50	0,40	14,30	72,00
ШОКОЛАД шоколад аленкуа 45гр	45	45,00	0,10	0,30	0,60	6,00
Итого		125,55	12,60	11,50	95,50	542,00
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая, голень цб	200	15,56	11,30	6,40	17,80	306,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, маргарин столовый, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок	100/50	34,16	8,90	22,80	4,20	155,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупка гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, маргарин столовый	150	5,24	8,50	6,20	38,30	242,00
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
Итого		63,03	33,70	35,80	107,40	915,00
Всего		188,57	46,30	47,30	202,90	1 457,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

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

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, голень цб, петрушка, укроп, лавровый лист	200	15,98	11,10	6,40	15,40	295,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, маргарин столовый, соль йодированная, говядина б/к, свинина бк, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, томатная паста, сахар песок	100/50	64,01	16,90	31,50	4,40	176,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, маргарин столовый	150	5,26	8,50	6,30	38,30	243,00
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	3,43	2,70	0,20	17,80	84,00
Итого		90,46	39,20	44,40	90,50	856,00
Всего		90,46	39,20	44,40	90,50	856,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

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

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ капуста свежая, рис круглый, лук репчатый, маргарин столовый, соль йодированная, говядина б/к, свинина б/к, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, сахар песок	100/50	42,13	12,80	27,70	4,20	126,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, маргарин столовый	150	5,24	8,50	6,20	38,30	242,00
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
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное, молоко тетрапак, сметана 20% жирности	100	33,62	17,30	19,40	73,90	540,00
Итого		86,54	41,60	53,50	150,50	1 058,00
Всего		86,54	41,60	53,50	150,50	1 058,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

И.о.директора

МОУ СОШ №3

/Фокина Ольга Эдуардовна/

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ <small>крупа кукурузная, вода питьевая, молоко тетрапак, маргарин столовый, соль йодированная</small>	200	95,11	29,10	39,00	45,70	654,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	104,53	31,50	32,50	46,60	610,00
МАНДАРИН <small>мандарин</small>	190	48,45	1,50	0,40	14,30	72,00
Итого		248,09	62,10	71,90	106,60	1 336,00
Всего		248,09	62,10	71,90	106,60	1 336,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна