

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

26 сентября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, маргарин столовый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк	80/25	38,11	10,10	17,60	0,50	94,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	3,93	4,50	8,60	27,40	205,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,53	2,90	0,20	19,20	91,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая	100	9,62	8,70	14,00	60,60	402,00
МАНДАРИН мандарин	96	24,54	0,80	0,20	7,20	36,00
Итого		80,85	27,00	40,60	129,40	886,00
Всего		80,85	27,00	40,60	129,40	886,00

Зав. производством (шеф-повар)



Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

26 сентября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша св/м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), треска	80	49,78	16,40	9,00	3,50	160,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ рис длиннозерный, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, маргарин столовый	120	9,47	2,90	10,40	31,80	233,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,58	3,00	0,20	19,50	92,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200/15	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок сады придонья 0,2	200	30,00	0,00	0,00	22,30	89,00
МАНДАРИН мандарин	96	24,53	0,80	0,20	7,20	36,00
ЧОКО ПАЙ пирожное чоко пай	30	13,25	0,00	0,20	0,60	4,00
Итого		131,73	23,10	20,00	99,40	672,00
Всего		131,73	23,10	20,00	99,40	672,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

26 сентября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша св'м, молоко тетралак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, треска, яйца куриные (шт.)	80	65,89	22,20	15,90	12,80	283,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ рис длиннозерный, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная, маргарин столовый	120	10,16	2,80	11,30	30,50	235,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200/15	1,20	0,00	0,00	15,50	62,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	11,99	9,90	0,80	65,20	308,00
МАНДАРИН мандарин	96	24,48	0,80	0,20	7,20	36,00
ЧОКО ПАЙ пирожное чоко пай	30	13,25	0,00	0,20	0,60	4,00
Итого		126,96	35,70	28,40	131,80	928,00
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 20% жирности	200	40,18	2,50	9,20	12,60	146,00
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, маргарин столовый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина б/к, яйца куриные (шт.), чеснок	80/25	35,47	10,10	18,30	1,10	98,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	3,99	4,60	8,60	28,00	208,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,20	0,00	0,00	15,50	62,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	11,99	9,90	0,80	65,20	308,00
Итого		92,83	27,10	36,90	122,40	822,00
Всего		219,79	62,80	65,30	254,20	1 750,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

26 сентября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 20% жирности, петрушка, укроп, лавровый лист	200	22,51	2,40	10,10	14,10	158,00
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, маргарин столовый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак, чеснок	80/25	33,37	9,40	16,20	1,60	95,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	3,92	4,50	8,60	27,40	205,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	200	1,13	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,27	2,70	0,20	17,80	84,00
МАНДАРИН мандарин	96	24,53	0,80	0,20	7,20	36,00
Итого		88,72	19,80	35,30	82,70	636,00
Всего		88,72	19,80	35,30	82,70	636,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна