

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
Копыльцова Элла Николаевна



МЕНЮ
27 ноября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
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 бк, яйца куриные (шт.)	80/25	43,54	12,10	27,90	7,30	201,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	14,70	2,50	6,40	17,00	136,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	3,88	3,10	0,30	20,10	95,00
КОЛБАСА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, колбаса сливочная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.)	100	30,94	11,40	9,10	23,00	219,00
Итого		94,84	29,10	43,70	81,90	709,00
Всего		94,84	29,10	43,70	81,90	709,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	40,09	14,80	19,30	39,90	395,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>вода питьевая, чай нури листовой</small>	200	0,65	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		52,24	19,80	23,80	40,20	456,00
Всего	1	52,24	19,80	23,80	40,20	456,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.С.

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

27 ноября 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	200/10	11,37	9,40	3,90	15,30	228,00
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, яйца куриные (шт.)	80/25	53,71	14,60	31,70	7,20	223,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	14,58	2,50	6,40	16,90	135,00
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	4,19	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		85,63	29,80	42,30	75,60	747,00
Всего		85,63	29,80	42,30	75,60	747,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	36,41	13,20	18,00	36,60	363,00
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	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
БАНАН <small>банан</small>	185	49,03	2,80	0,90	38,90	178,00
Итого		106,58	27,20	23,90	131,10	852,00
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ <small>картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, голень цб</small>	200/10	11,46	9,40	4,40	15,30	232,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ <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, яйца куриные (шт.)</small>	80/25	53,71	14,50	32,30	7,90	230,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	23,87	5,60	9,30	21,80	194,00
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	7,87	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		98,68	35,70	46,50	100,30	906,00
Всего		205,25	62,90	70,40	231,40	1 758,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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	36,41	13,20	18,00	36,60	363,00
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	3,79	3,00	0,20	19,60	93,00
БАНАН банан	186	49,14	2,80	0,90	39,00	178,00
Итого		102,62	24,00	23,60	110,00	753,00
Всего		102,62	24,00	23,60	110,00	753,00

Зав. производством (шеф-повар)

Св

Ногтева Софья Семеновна