



Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3'  
Жопыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

## Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>БИТОЧКИ ИЗ КУР</b> молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, фарш цб, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, чеснок, филе грудки	80	34,94	18,90	25,00	6,70	331,00
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> макаронные изделия высш сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	1,78	4,50	8,50	28,80	210,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,70	3,10	0,30	20,20	95,00
<b>ХАЧАПУРИ С СЫРОМ</b> мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное	100	24,68	16,40	17,70	72,50	516,00
<b>Итого</b>		66,22	42,90	51,50	142,70	1 210,00
<b>Всего</b>		66,22	42,90	51,50	142,70	1 210,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3  
/Копыльцова Элла Николаевна/



# МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

## 1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ</b> <small>вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, маргарин столовый, соль йодированная, рис круглый</small>	200/10	12,68	2,30	10,40	18,20	176,00
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> <small>какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	8,50	2,60	2,60	18,20	107,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт</small>	40	3,61	3,00	0,20	19,60	93,00
<b>ХАЧАПУРИ С СЫРОМ</b> <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированое, молоко тетрапак</small>	100	35,10	20,10	22,30	73,30	576,00
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> <small>сок сады придонья 0,2</small>	200	30,00	0,00	0,00	22,30	89,00
<b>ЯБЛОКО</b> <small>яблоки</small>	140	24,55	0,60	0,60	13,70	66,00
<b>КОНФЕТА</b> <small>конфеты трепет</small>	30	14,45	1,80	8,00	18,80	146,00
<b>Итого</b>		128,88	30,40	44,10	184,10	1 253,00
<b>Всего</b>		128,88	30,40	44,10	184,10	1 253,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор  
МОУ'СОШ№3'  
Ковыльцова Элла Николаевна/



# МЕНЮ

30 сентября 2024 г

## ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ <small>вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, маргарин столовый, соль йодированная, рис круглый</small>	200/10	15,46	3,30	11,40	20,20	197,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	11,07	3,50	3,60	20,20	128,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	6,66	5,50	0,50	36,20	171,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ <small>мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное, молоко тетрапак</small>	100	33,38	19,80	19,30	77,40	564,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>сок сады придонья 0.2</small>	200	30,00	0,00	0,00	22,30	89,00
ЯБЛОКО <small>яблоки</small>	140	24,50	0,60	0,60	13,70	66,00
КОНФЕТА <small>конфеты трепет</small>	30	14,44	1,80	8,00	18,80	146,00
<b>Итого</b>		<b>135,51</b>	<b>34,50</b>	<b>43,40</b>	<b>208,80</b>	<b>1 361,00</b>
<b>Обед</b>						
СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ <small>картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб</small>	200	11,45	11,30	8,90	21,60	366,00
БИТОЧКИ КУРИННЫЕ <small>молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, филе грудки</small>	80	36,25	18,80	20,40	10,90	307,00
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ <small>соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый, макаронные изделия 1 сорт</small>	120	3,96	4,60	8,60	28,10	208,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой</small>	200	1,17	0,00	0,00	15,10	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	6,66	5,50	0,50	36,20	171,00
<b>Итого</b>		<b>59,48</b>	<b>40,20</b>	<b>38,40</b>	<b>111,90</b>	<b>1 112,00</b>
<b>Всего</b>		<b>194,99</b>	<b>74,70</b>	<b>81,80</b>	<b>320,70</b>	<b>2 473,00</b>

Зав. производством (шеф-повар)

Аксонова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ «СОШ №3»  
/Копыльцова Элла Николаевна/

## МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

### Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>						
<b>СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ</b> картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, горох лущеный	200	10,27	10,60	7,60	21,60	321,00
<b>БИТОЧКИ КУР</b> молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, фарш цб, лук репчатый, сухари панировочные, яйца куриные (шт.), филе грудки, чеснок	80	31,80	17,60	19,10	6,20	271,00
<b>МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ</b> макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	3,95	4,60	8,60	28,00	208,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,13	3,40	0,30	22,50	106,00
<b>ЯБЛОКО</b> яблоки	140	24,56	0,60	0,60	13,70	66,00
<b>КОНФЕТА</b> конфеты трепет	30	14,45	1,80	8,00	18,80	146,00
<b>Итого</b>		90,29	38,60	44,20	125,30	1 176,00
<b>Всего</b>		90,29	38,60	44,20	125,30	1 176,00

Зав. производством (шеф-повар)

Акменова Лариса Евгеньевна