



Утверждаю

Директор  
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

3 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>КОТЛЕТА КУРИНАЯ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб	80	14,68	8,30	13,30	10,20	198,00
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> рис длиннозерный, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	120	8,12	2,40	3,70	26,40	149,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,50	2,90	0,20	19,00	90,00
<b>СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ</b> мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сосиски для завтрака, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	100	14,72	6,30	13,40	2,10	155,00
<b>ГРУША</b> груша	130	33,96	0,50	0,40	13,40	61,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> смородина черная, сахар песок, вода питьевая, вишня	200	12,78	0,30	0,10	21,50	90,00
<b>Итого</b>		87,76	20,70	31,10	92,60	743,00
<b>Всего</b>		87,76	20,70	31,10	92,60	743,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

3 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>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ</b> <small>свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	60	3,48	0,80	3,00	4,70	49,00
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ</b> <small>вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, говядина б/к</small>	80/25	33,28	11,40	25,10	13,80	200,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	14,73	2,80	6,70	17,30	140,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖ.ЯГОД</b> <small>вода питьевая, сахар песок, вишня, смородина черная</small>	200	17,39	0,30	0,10	17,80	76,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,62	3,00	0,20	19,70	93,00
<b>БАНАН</b> <small>банан</small>	134	35,48	2,00	0,70	28,20	129,00
<b>Итого</b>		107,97	20,30	35,80	101,50	687,00
<b>Всего</b>		107,97	20,30	35,80	101,50	687,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

**МЕНЮ**  
3 сентября 2024 г.

**ОВЗ**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ</b> говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь томатная паста, соль йодированная, сахар песок, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, свинина бк	80/25	38,31	15,10	24,50	40,10	323,00
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	21,47	5,20	9,20	21,20	189,00
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> смородина черная, сахар песок, вода питьевая, вишня	200	17,42	0,30	0,10	18,40	78,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,66	5,50	0,50	36,20	171,00
<b>БАНАН</b> банан	134	35,36	2,00	0,70	28,10	128,00
<b>Итого</b>		119,22	28,10	35,00	144,00	889,00
<b>Обед</b>						
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, бедро цб	250	18,00	2,00	5,80	8,10	105,00
<b>КОТЛЕТА КУРИНАЯ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб	80	32,01	18,00	20,10	44,90	438,00
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	120	9,92	2,90	4,60	32,00	181,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,17	0,00	0,00	15,10	60,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,66	5,50	0,50	36,20	171,00
<b>Итого</b>		67,76	28,40	31,00	136,30	955,00
<b>Всего</b>		186,98	56,50	66,00	280,30	1 844,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна



Утверждаю

Директор  
МОУ СОШ № 3

/Копыльцова Элла Николаевна/

# МЕНЮ

3 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>ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, бедро цб	250	18,00	2,00	5,30	8,20	100,00
<b>КОТЛЕТА КУРИНАЯ</b> хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт, молоко тетрапак, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб	80	19,55	11,10	17,30	12,70	257,00
<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> рис длиннозерный, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	120	8,17	2,40	3,80	26,40	150,00
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> вода питьевая, чай нури листовой, сахар песок	200	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт	40	3,91	3,20	0,30	21,30	100,00
<b>ГРУША</b> груша	150	39,18	0,60	0,50	15,50	71,00
<b>Итого</b>		89,95	19,30	27,20	98,60	736,00
<b>Всего</b>		89,95	19,30	27,20	98,60	736,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна