

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
5 сентября 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, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, свинина б/к	80/25	27,74	8,40	20,60	5,30	146,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, маргарин столовый, соль йодированная	150	12,49	2,20	8,60	16,50	152,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	3,55	2,90	0,20	19,30	91,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД смородина черная, сахар песок, вода питьевая, вишня	200	20,89	0,40	0,20	23,20	99,00
СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, маргарин столовый, сосиски для завтрака, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.)	100	23,34	9,70	16,50	27,90	299,00
Итого		89,00	23,60	46,10	92,20	787,00
Всего		89,00	23,60	46,10	92,20	787,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

5 сентября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, свинина бк	80	26,33	15,10	25,20	14,40	199,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	120	5,51	6,70	4,10	30,30	185,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	5,09	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,68	3,10	0,30	20,00	95,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕНКОЙ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное варенка	100	11,89	7,40	6,80	59,60	330,00
ВАФЛИ вафли	30	8,38	0,80	1,00	23,20	106,00
ГРУША груша	180	42,30	0,70	0,50	18,50	85,00
Итого		103,17	33,80	37,90	185,40	1 077,00
Всего		103,17	33,80	37,90	185,40	1 077,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
5 сентября 2024 г.

ОВЗ



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, свинина бк	80	31,33	15,50	24,30	11,30	223,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупя гречневая ядрица, вода питьевая, маргарин столовый, соль йодированная	120	4,91	6,70	9,70	30,20	235,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота	200	8,00	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	7,49	6,20	0,50	40,80	192,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕННОЙ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное варенка	100	12,90	7,90	7,60	60,40	341,00
ГРУША груша	180	42,30	0,70	0,50	18,50	85,00
Итого		106,93	37,00	42,60	175,70	1 134,00
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, томатная паста, соль йодированная, бедро цб, укроп, петрушка зелень, лавровый лист, сметана 20% жирности	250	18,51	5,50	11,30	9,80	318,00
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ говядина бк, 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	80/25	29,93	9,80	25,90	8,40	188,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, маргарин столовый, соль йодированная	150	19,93	5,70	16,20	22,00	257,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	7,49	6,20	0,50	40,80	192,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД смородина черная, сахар песок, вода питьевая, вишня	200	21,01	0,40	0,20	23,30	99,00
ВАФЛИ вафли	30	8,38	0,80	1,00	23,20	106,00
Итого		105,25	28,40	55,10	127,50	1 160,00
Всего		212,18	65,40	97,70	303,20	2 294,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
5 сентября 2024 г.

Многолетние. Малоимущие. СВО



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, укроп, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, томатная паста, соль йодированная, бедро цб, петрушка зелень, сметана 20% жирности	250	15,73	5,40	10,80	9,60	312,00
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 бк, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	80/25	29,71	9,40	23,30	5,40	151,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, маргарин столовый, соль йодированная	150	10,01	2,60	6,40	17,10	137,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	3,60	3,00	0,20	19,60	92,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД смородина черная, сахар песок, вода питьевая, вишня	200	20,92	0,40	0,20	23,20	99,00
ВАФЛИ вафли	30	8,38	0,80	1,00	23,20	106,00
Итого		88,33	21,60	41,90	98,10	897,00
Всего		88,33	21,60	41,90	98,10	897,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна