



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНО пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, соль йодированная, сахар песок, маргарин столовый	200	12,70	8,40	8,40	52,70	321,00
БУЛОЧКА С СЫРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное, молоко тетрапак	100	26,96	17,30	14,20	70,70	481,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	9,32	3,20	3,30	19,30	121,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,71	3,10	0,30	20,20	95,00
ЯБЛОКО яблоки	170	26,35	0,70	0,70	16,70	80,00
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарок	30	6,45	2,20	3,20	21,20	30,00
Итого		85,50	34,90	30,10	200,80	1 128,00
Всего		85,50	34,90	30,10	200,80	1 128,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
6 сентября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНО пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, соль йодированная, сахар песок, маргарин столовый	200	14,78	9,20	8,20	58,90	346,00
БУЛОЧКА С СЫРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное	100	21,66	15,60	12,50	72,50	465,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	11,57	3,90	4,10	25,20	154,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	7,49	6,20	0,50	40,80	192,00
ЯБЛОКО яблоки	170	23,25	0,60	0,60	14,70	71,00
ПЕЧЕНЬЕ печенье сахарок	30	6,45	2,20	3,20	21,20	30,00
Итого		85,20	37,70	29,10	233,30	1 258,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, рис круглый, укроп, петрушка	250	14,99	5,50	6,70	13,50	290,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ свинина б/к, хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, молоко тетрапак	80	80,36	26,20	36,00	52,80	533,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый, макаронные изделия 1 сорт	120	3,97	4,70	8,60	28,30	209,00
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	23,03	0,50	0,20	23,70	101,00
Итого		129,85	43,10	52,00	159,10	1 325,00
Всего		215,05	80,80	81,10	392,40	2 583,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
6 сентября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая, рис круглый, бедро цб, лавровый лист, укроп, петрушка	250	17,09	7,20	8,70	13,40	392,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина б/к, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак	80	46,67	14,10	27,70	13,40	252,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	3,95	4,60	8,60	28,00	208,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,33	2,80	0,20	18,10	86,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200/15	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
ЯБЛОКО яблоки	170	23,25	0,60	0,60	14,70	71,00
Итого		95,41	29,30	45,80	102,10	1 067,00
Всего		95,41	29,30	45,80	102,10	1 067,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
6 сентября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак	80	31,72	10,80	23,20	11,90	193,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, маргарин столовый	120	3,94	4,60	8,60	28,00	208,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,50	2,90	0,20	19,10	90,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200/15	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
АПЕЛЬСИН апельсин	182	44,16	1,60	0,40	14,70	78,00
Итого		89,00	19,90	32,40	88,20	627,00
Всего		89,00	19,90	32,40	88,20	627,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна