



Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'

/Бакулина Татьяна Дмитриевна/

МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, филе грудки, яйца куриные (шт.)	90	40,97	18,40	20,30	8,80	297,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,34	8,40	7,50	37,80	252,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	6,39	0,00	0,00	24,70	99,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	40	10,27	0,40	0,10	1,20	7,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
ЯБЛОКО яблоки	240	34,80	1,00	1,00	23,50	113,00
Итого		109,76	33,70	29,40	132,20	939,00
Обед						
БОРЩ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ свекла, капуста свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, соль йодированная, укроп, петрушка, сметана 20% жирности, сосиски для завтрака	200	43,94	8,20	22,90	8,70	275,00
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, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	80/25	47,35	13,90	30,50	11,70	258,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,82	0,00	0,00	15,10	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
Итого		100,10	27,60	53,90	71,70	764,00
Всего		209,86	61,30	83,30	203,90	1 703,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'

/Бакулина Татьяна Дмитриевна/

МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. <small>молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, филе грудки, яйца куриные (шт.)</small>	80	138,43	50,50	52,70	54,90	904,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	13,20	8,50	10,20	38,50	280,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>огурцы грунтовые</small>	40	10,50	0,40	0,10	1,20	7,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ БЕЗ САХАРА <small>сухофрукты (смесь), вода питьевая</small>	200	3,50	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		165,63	59,40	63,00	94,60	1 191,00
Всего		165,63	59,40	63,00	94,60	1 191,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

И.о.директора

МОУ СОШ №3

/Бакулина Татьяна Дмитриевна/



МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, филе грудки, яйца куриные (шт.)	80	39,56	19,10	21,00	4,20	287,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,32	8,40	7,60	37,90	253,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	40	10,47	0,40	0,10	1,20	7,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,38	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,73	2,90	0,20	19,40	91,00
ЯБЛОКО яблоки	240	34,80	1,00	1,00	23,50	113,00
Итого		104,26	31,80	29,90	110,40	848,00
Всего		104,26	31,80	29,90	110,40	848,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

И.о.директора
МОУ'СОШ№3'

/Бакулина Татьяна Дмитриевна/

МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

Многодетные. 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, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, томатная паста, соль йодированная, укроп, петрушка, сметана 20% жирности, лавровый лист, сосиски для завтрака	250	42,52	8,00	22,00	8,40	265,00
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, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	80/25	37,70	10,80	26,10	7,80	203,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное	150	7,49	5,60	4,80	33,90	201,00
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	3,37	2,70	0,20	17,50	82,00
Итого		92,86	27,10	53,10	82,10	809,00
Всего		92,86	27,10	53,10	82,10	809,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

И.о.директора
МОУ 'СОШ№3'

/Бакулина Татьяна Дмитриевна/

МЕНЮ

8 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, молоко тетрапак, яйца куриные (шт)	80/25	32,95	9,80	24,60	7,50	188,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное	150	7,52	5,60	4,80	33,90	201,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок	200	1,13	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,95	3,10	0,30	20,50	97,00
КОЛБАСА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, колбаса сливочная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт)	100	39,78	10,40	9,90	1,20	136,00
Итого		85,33	28,90	39,60	77,70	680,00
Всего		85,33	28,90	39,60	77,70	680,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна