

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

Копыльцова Элла Николаевна



МЕНЮ
9 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, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак	80	63,63	17,20	33,10	10,10	278,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, маргарин столовый, соль йодированная	120	4,00	6,70	6,10	30,30	202,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая	100	6,71	7,40	12,80	59,90	384,00
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	20,75	0,40	0,10	23,30	98,00
Итого		98,69	34,70	52,30	143,20	1 054,00
Всего		98,69	34,70	52,30	143,20	1 054,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

(Котыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
9 сентября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП РЫБНЫЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыба минтай бг	250	18,45	6,20	3,20	18,30	127,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупка гречневая ядрица, вода питьевая, маргарин столовый, соль йодированная	120	4,00	6,70	6,00	30,30	202,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок	200	1,13	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,33	2,80	0,20	18,10	86,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак	80	30,70	9,30	26,30	2,10	176,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок сады придонья 0,2	200	30,00	0,00	0,00	22,30	89,00
Итого		87,60	25,00	35,70	105,60	738,00
Всего		87,60	25,00	35,70	105,60	738,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
9 сентября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, маргарин столовый	200	13,58	4,20	11,40	31,50	245,00
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, маргарин столовый, повидло, масло подсолнечное рафинированное	100	9,54	5,70	6,90	61,40	330,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	9,59	3,20	3,30	24,10	139,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,67	3,00	0,30	19,90	94,00
БАНАН банан	190	50,22	2,90	1,00	39,90	182,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок сады придонья 0,2	200	30,00	0,00	0,00	22,30	89,00
Итого		116,59	19,00	22,90	199,10	1 079,00
Всего		116,59	19,00	22,90	199,10	1 079,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна

Утверждаю

Директор
МОУ "СОШ №3"

Жопыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
9 сентября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, рис круглый, молоко тетрапак, маргарин столовый	200	14,45	4,50	11,70	32,00	252,00
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, маргарин столовый, повидло, масло подсолнечное рафинированное	100	11,27	6,80	8,90	63,60	362,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	10,45	3,50	3,60	24,50	145,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,66	5,50	0,50	36,20	171,00
БАНАН банан	190	50,16	2,90	1,00	39,80	182,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок сады придонья 0.2	200	30,00	0,00	0,00	23,00	92,00
Итого		122,99	23,20	25,70	219,10	1 204,00
Обед						
СУП РЫБНЫЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыба минтай бг	250	14,65	4,70	2,70	18,30	117,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый	80	56,97	15,90	32,30	8,40	259,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, маргарин столовый, соль йодированная	120	4,04	6,70	6,20	30,50	204,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок	200	1,17	0,00	0,00	15,10	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,66	5,50	0,50	36,20	171,00
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ печенье сахарок	40	8,60	2,80	4,20	27,40	39,00
Итого		92,09	35,60	45,90	135,90	850,00
Всего		215,09	58,80	71,60	355,00	2 054,00

Зав. производством (шеф-повар)

Аксенова Лариса Евгеньевна