



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
2 октября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150	60,74	21,10	15,60	19,80	308,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	7,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, вишня, смородина черная	200	24,06	0,30	0,10	22,00	92,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,29	3,00	0,30	20,00	94,00
ПИРОЖНОЕ ИНД.УПАКОВКЕ конфеты маска	30	19,09	2,30	10,50	24,60	191,00
Итого		115,67	31,70	31,00	86,70	746,00
Всего		115,67	31,70	31,00	86,70	746,00

Зав. производством (шеф-повар) _____ Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ

2 октября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бэмж	150/40	47,33	18,50	12,60	16,00	255,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	7,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, вишня, смородина черная	200	24,22	0,30	0,10	22,00	92,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,70	4,50	0,40	29,70	140,00
ПИРОЖНОЕ ИНД.УПАКОВКЕ конфеты маска	30	19,09	2,30	10,50	24,60	191,00
Итого		104,84	30,60	28,10	92,60	739,00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, голень цб	250	19,15	6,20	5,70	16,10	216,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное, свинина бк	200	73,27	25,60	47,70	37,00	536,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,79	0,00	0,00	15,00	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,70	4,50	0,40	29,70	140,00
Итого		100,91	36,30	53,80	97,80	952,00
Всего		205,75	66,90	81,90	190,40	1 691,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./

Абонементское питание

Зав. производством (шеф-повар) _____ Ногтева Софья Семеновна

Зав. производством (шеф-повар)

Утверждаю

Директор
МОУ"СОШ№3"
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ
2 октября 2025 г.

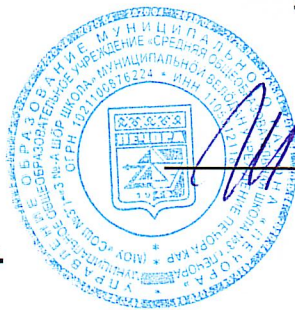
Многодетные.Малоимущие.СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, голень цб, петрушка , укроп	200	16,92	5,00	6,00	10,40	191,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное, соль йодированная, свинина бк	200	66,03	23,00	42,80	33,30	481,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,75	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,20	3,00	0,20	19,60	92,00
Итого		88,90	31,00	49,00	77,80	822,00
Всего		88,90	31,00	49,00	77,80	822,00

Зав. производством (шеф-повар) _____ Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н/



МЕНЮ

2 октября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150	48,18	20,00	10,80	25,70	284,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, вишня, смородина черная	200	34,48	0,40	0,20	23,20	98,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ПИРОЖНОЕ ИНД.УПАКОВКЕ конфеты маска	30	19,00	2,30	10,50	24,40	190,00
Итого		171,62	72,30	25,50	399,50	2 111,00
Всего		171,62	72,30	25,50	399,50	2 111,00

Зав. производством (шеф-повар) _____ Ногтева Софья Семеновна