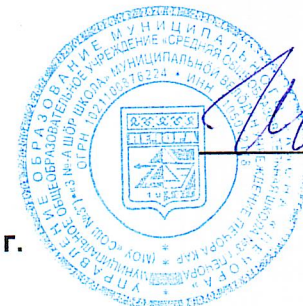


Утверждаю



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

МЕНЮ

3 марта 2026 г.

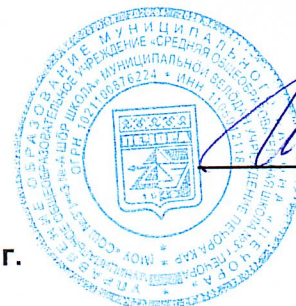
1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ капуста свежая, говядина б/к, рис круглый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, свинина бк, томатная паста	150	61,42	15,40	32,70	7,30	194,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	180	13,76	4,40	5,10	48,40	257,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, смородина черная, клубника мор.	200	25,12	0,20	0,10	20,90	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,21	2,10	0,20	13,50	64,00
Итого		103,52	22,10	38,10	90,10	601,00
Всего		103,52	22,10	38,10	90,10	601,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

3 марта 2026 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ капуста свежая, говядина б/к, рис круглый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, свинина бк, томатная паста	150	68,31	16,00	31,70	7,40	209,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	180	13,03	4,10	4,90	44,90	240,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, смородина черная, клубника мор.	200	23,47	0,20	0,10	20,80	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,45	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		111,26	24,40	37,00	100,30	663,00
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, бедро цб, сметана 20% жирности	250	33,83	6,30	12,00	17,10	357,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	90	48,94	12,80	31,10	8,30	236,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	14,44	2,40	4,50	19,30	127,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		99,05	21,50	47,60	59,20	778,00
Всего		210,31	45,90	84,60	159,50	1 441,00

Зав. производством (шеф-повар)

ec

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ
3 марта 2026 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, бедро цб, сметана 20% жирности	200	21,65	5,00	9,60	13,50	285,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	90	48,93	12,80	31,00	8,30	235,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	17,32	2,90	5,80	20,10	145,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,43	3,50	0,30	22,90	108,00
Итого		95,18	24,20	46,70	79,40	831,00
Всего		95,18	24,20	46,70	79,40	831,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

3 марта 2026 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	90	48,78	12,70	30,90	8,30	233,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	15,46	2,40	5,30	19,30	134,00
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ огурцы соленые	50	28,74	0,50	0,10	1,00	7,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,68	3,00	0,20	19,70	93,00
Итого		99,51	18,60	36,50	62,90	525,00
Всего		99,51	18,60	36,50	62,90	525,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

3 марта 2026 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ капуста свежая, говядина б/к, рис круглый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, свинина бк, томатная паста	150	59,79	14,50	32,80	7,50	213,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	180	16,24	3,50	8,20	37,40	237,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, смородина черная, клубника мор.	200	23,88	0,20	0,10	20,70	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		99,91	18,20	41,10	65,60	536,00
Всего		99,91	18,20	41,10	65,60	536,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



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

МЕНЮ

3 марта 2026 г.

Детский дом

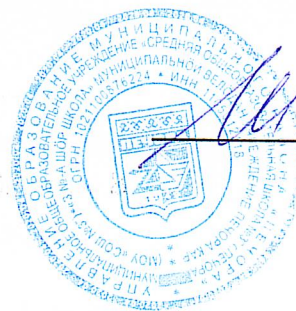
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, бедро цб, сметана 20% жирности	200	16,57	5,40	15,10	17,30	351,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, говядина б/к, яйца куриные (шт.)	90	49,42	15,70	31,20	9,50	252,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	19,52	2,40	8,50	19,00	162,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,22	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		87,73	23,50	54,80	65,20	842,00
Всего		87,73	23,50	54,80	65,20	842,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.С. Ногтева

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова

МЕНЮ

3 марта 2026 г.

Дерматит

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ капуста свежая, говядина б/к, рис круглый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, свинина бк, томатная паста	150	59,77	14,50	32,80	7,50	213,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	180	16,24	3,50	8,20	37,40	237,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, смородина черная, клубника мор	200	23,87	0,20	0,10	20,70	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		99,88	18,20	41,10	65,60	536,00
Всего		99,88	18,20	41,10	65,60	536,00

Зав. производством (шеф-повар)

EC

Ногтева Софья Семеновна