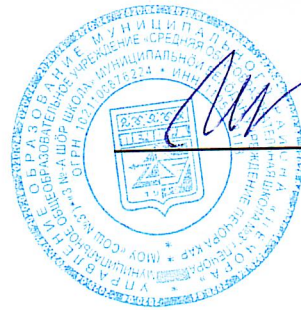


Утверждаю

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



МЕНЮ

3 октября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное	200	18,21	7,90	9,00	51,80	320,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр сметанковый	40/15/15	50,21	7,70	27,10	17,50	346,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	16,54	3,40	3,10	23,50	137,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,35	3,10	0,30	20,30	96,00
АПЕЛЬСИН яблоки	100	34,16	0,70	0,70	18,10	87,00
Итого		123,47	22,80	40,20	131,20	986,00
Всего		123,47	22,80	40,20	131,20	986,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./

МЕНЮ
3 октября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное	200	18,58	7,90	9,20	51,90	323,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр сметанковый	40/15/15	51,11	8,00	27,40	19,00	355,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	16,68	3,40	3,20	23,60	138,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,83	4,10	0,30	27,20	128,00
АПЕЛЬСИН яблоки	185	34,23	0,70	0,70	18,10	87,00
Итого		126,43	24,10	40,80	139,80	1 031,00
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, сметана 20% жирности	250	17,47	5,10	10,60	9,40	277,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, масло сливочное	150	17,23	2,50	12,40	13,90	178,00
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	70/30	40,38	11,50	26,40	2,10	100,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,76	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,83	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		82,67	23,20	49,70	67,10	741,00
Всего		209,10	47,30	90,50	206,90	1 772,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

3 октября 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, сметана 20% жирности	200	17,43	5,00	10,60	9,40	278,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, масло сливочное, горошек зеленый консервы	150	36,45	3,50	12,40	16,10	191,00
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	70/30	28,92	6,80	14,60	2,10	82,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,45	0,00	0,00	24,30	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,82	2,70	0,20	17,80	84,00
Итого		89,07	18,00	37,80	69,70	732,00
Всего		89,07	18,00	37,80	69,70	732,00

Зав. производством (шеф-повар)

СН

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 октября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок	200	3,40	5,60	1,30	53,50	248,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, сыр сметанковый	40/15/15	35,80	4,20	21,70	0,20	214,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, вода питьевая, сахар песок	200	17,48	2,40	1,50	20,40	105,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
АПЕЛЬСИН яблоки	135	35,15	0,80	0,80	18,60	89,00
Итого		161,79	62,60	29,30	418,90	2 195,00
Всего		161,79	62,60	29,30	418,90	2 195,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

3 октября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, масло сливочное	150	17,68	2,70	12,20	14,30	179,00
КОЛБАСА ВАРЕНАЯ колбаса сливочная	80	51,79	13,70	9,10	0,00	137,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,45	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,23	3,00	0,20	19,70	93,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, сметана 20% жирности	100	32,20	13,20	19,30	53,30	441,00
Итого		108,35	32,60	40,80	111,50	947,00
Всего		108,35	32,60	40,80	111,50	947,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна