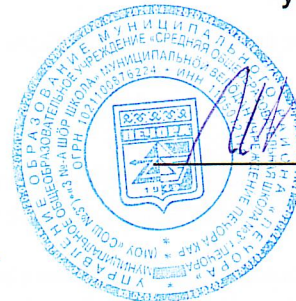


Утверждаю



Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

1-4 классы

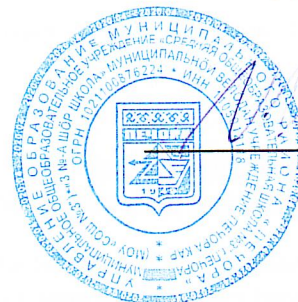
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша св\м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	33,76	9,10	8,70	4,10	131,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	18,80	3,40	6,50	22,00	160,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	6,82	0,00	0,00	28,10	112,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,58	2,90	0,20	19,30	91,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		79,96	15,80	15,80	83,30	541,00
Всего		79,96	15,80	15,80	83,30	541,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша сѡлм. сухари панировочные масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	31,77	8,40	7,90	3,20	118,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	15,48	2,60	5,40	20,60	142,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	180	5,06	0,00	0,00	22,80	91,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		68,31	11,40	13,70	56,40	398,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	250	19,02	5,40	16,10	13,40	375,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	81,53	20,40	11,10	4,90	225,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	9,93	6,60	5,90	40,40	241,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого		121,45	36,20	33,40	103,20	1 036,00
Всего		189,76	47,60	47,10	159,60	1 434,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	200	13,81	4,30	12,70	10,70	298,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	75,12	20,30	6,20	4,60	180,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	9,60	6,70	5,60	40,60	240,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,22	2,70	0,20	17,80	84,00
Итого		107,75	34,00	24,70	93,10	879,00
Всего		107,75	34,00	24,70	93,10	879,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Абонементское питание

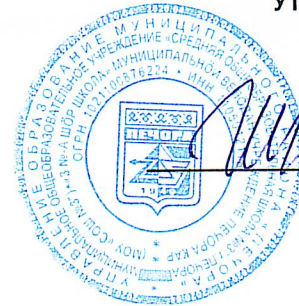


Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ сосиски для завтрака	50	29,34	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	9,56	6,70	5,60	40,50	239,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,74	3,00	0,30	20,00	94,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, молоко сгущенное варенка	100	22,22	7,70	1,40	59,60	281,00
Итого		70,86	17,40	7,30	139,50	691,00
Всего		70,86	17,40	7,30	139,50	691,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



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

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша свѣж, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	43,73	14,20	16,70	6,20	232,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	19,51	2,60	8,50	20,60	170,00
КИСЕЛЬ сахар песок, вода питьевая	200	0,75	0,00	0,00	9,70	39,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		79,99	17,20	25,60	46,30	488,00
Всего		79,99	17,20	25,60	46,30	488,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Детский дом

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	200	45,18	4,90	13,10	11,80	308,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	36,24	11,30	2,10	8,70	112,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	200	13,93	6,60	8,90	39,90	266,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		100,35	22,80	24,10	79,80	763,00
Всего		100,35	22,80	24,10	79,80	763,00

Зав. производством (шеф-повар)

pl.

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 февраля 2026 г.

Дерматит

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша свѣж., сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	43,72	14,20	16,70	6,20	232,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	19,47	2,60	8,50	20,60	170,00
КИСЕЛЬ сахар песок, вода питьевая	200	0,75	0,00	0,00	9,70	39,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		79,94	17,20	25,60	46,30	488,00
Всего		79,94	17,20	25,60	46,30	488,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна