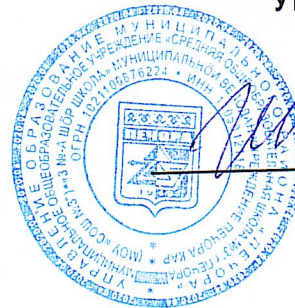


Утверждаю

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



МЕНЮ

5 февраля 2026 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, масло сливочное, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150/40	56,96	19,20	14,50	17,10	279,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	14,75	0,20	0,10	20,50	85,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,69	3,00	0,20	19,80	93,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ шоколад аленка 15гр	30	32,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		108,40	22,50	15,10	57,90	462,00
Всего		108,40	22,50	15,10	57,90	462,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ностева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ
5 февраля 2026 г.

ОВЗ

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, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150/40	56,07	19,50	14,60	16,70	280,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	17,62	0,20	0,10	20,80	87,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,45	4,10	0,30	27,20	128,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ шоколад аленка 15гр	30	32,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		112,14	23,90	15,30	65,20	500,00
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, бедро цб	250	15,78	4,40	7,40	11,40	223,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис круглый, масло сливочное	200	59,76	17,70	31,30	2,00	360,00
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		77,38	22,10	38,70	27,90	641,00
Всего		189,53	46,00	54,00	93,10	1 141,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ
5 февраля 2026 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, бедро цб	200	17,27	5,20	7,90	11,70	263,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис круглый, масло сливочное	200	67,17	19,40	34,90	2,10	400,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,84	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,16	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		91,45	27,90	43,10	50,00	824,00
Всего		91,45	27,90	43,10	50,00	824,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

/Э.Н.Копыльцова/



Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис круглый, масло сливочное	200	74,12	21,90	37,40	2,10	433,00
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	40	17,63	0,30	2,00	1,00	24,00
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	3,69	2,40	0,20	15,50	73,00
Итого		97,28	24,60	39,60	33,20	588,00
Всего		97,28	24,60	39,60	33,20	588,00

Or

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

5 февраля 2026 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, масло сливочное, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	51,79	17,00	17,90	19,60	311,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	13,40	0,20	0,10	20,40	84,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ шоколад аленка 15гр	30	32,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		97,19	17,30	18,30	40,50	400,00
Всего		97,19	17,30	18,30	40,50	400,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

5 февраля 2026 г.

Дерматит

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, масло сливочное, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	51,79	17,00	17,90	19,60	311,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	13,40	0,20	0,10	20,40	84,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ шоколад аленка 15гр	30	32,00	0,10	0,30	0,50	5,00
Итого		97,19	17,30	18,30	40,50	400,00
Всего		97,19	17,30	18,30	40,50	400,00

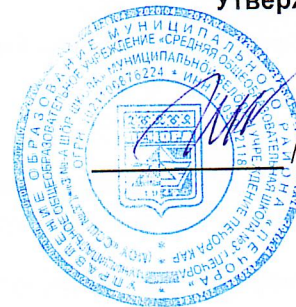
Зав. производством (шеф-повар)

ЕЛ

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

5 февраля 2026 г.

Детский дом

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, бедро цб	200	22,18	5,50	14,90	20,90	364,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис круглый, масло сливочное	200	63,40	16,20	33,40	3,10	378,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,21	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		87,79	21,70	48,30	43,40	819,00
Всего		87,79	21,70	48,30	43,40	819,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна