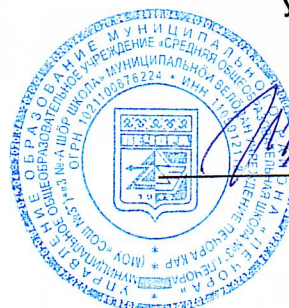


Утверждаю

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



МЕНЮ

5 марта 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.), лук репчатый	90	43,91	11,80	9,70	5,10	154,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	15,65	2,40	5,50	19,00	135,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	6,97	0,00	0,00	28,60	114,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,69	3,00	0,20	19,80	93,00
ЯБЛОКО яблоки	100	35,66	0,90	0,90	22,10	106,00
Итого		106,89	18,10	16,30	94,60	602,00
Всего		106,89	18,10	16,30	94,60	602,00

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



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/

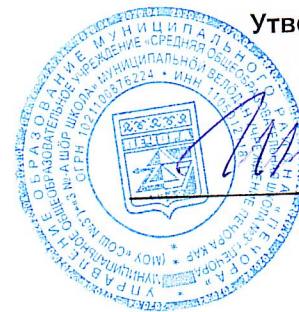
МЕНЮ
5 марта 2026 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша сём, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	49,81	13,40	11,40	6,80	183,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	15,48	2,40	5,40	19,00	134,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	5,06	0,00	0,00	22,80	91,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
ЯБЛОКО яблоки	100	35,69	0,90	0,90	22,10	106,00
Итого		112,00	20,50	18,00	95,80	632,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	250	19,60	5,40	16,10	13,50	375,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, лук репчатый, морковь	90/30	89,15	24,70	13,80	4,70	271,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	10,31	6,00	5,80	36,80	224,00
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		124,06	36,10	35,70	74,40	947,00
Всего		236,06	56,60	53,70	170,20	1 579,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

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

МЕНЮ

5 марта 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	14,20	4,30	12,70	10,70	298,00
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	81,13	22,60	11,70	5,10	243,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	10,02	6,10	5,50	37,20	223,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	4,48	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,16	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		114,99	36,30	30,20	94,10	944,00
Всего		114,99	36,30	30,20	94,10	944,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3
Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Абонементское питание

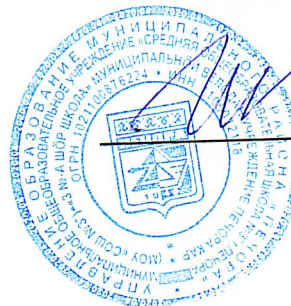
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОЛБАСА ВАРЕНАЯ колбаса сливочная	50	50,31	12,60	8,40	0,00	126,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	10,32	6,70	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	4,65	3,00	0,20	19,60	92,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.) соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, молоко сгущеное варенка	100	19,94	7,40	1,10	59,60	278,00
Итого		90,22	29,70	15,30	139,10	812,00
Всего		90,22	29,70	15,30	139,10	812,00

Зав. производством (шеф-повар) _____

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

5 марта 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.), лук репчатый	90	46,09	13,30	10,30	4,10	162,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	14,29	2,40	4,50	19,00	126,00
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	36,00	0,90	0,90	22,10	106,00
Итого		97,12	16,60	15,70	54,90	433,00
Всего		97,12	16,60	15,70	54,90	433,00

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

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 марта 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	45,74	4,90	13,10	12,00	309,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	46,66	14,40	2,80	8,20	132,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	11,91	2,20	8,30	13,40	137,00
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		109,31	21,50	24,20	53,00	655,00
Всего		109,31	21,50	24,20	53,00	655,00

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

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша свеж., сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	54,90	17,10	17,60	7,60	257,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	19,51	2,40	8,50	19,10	162,00
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	35,20	0,90	0,90	21,60	103,00
Итого		110,36	20,40	27,00	58,00	561,00
Всего		110,36	20,40	27,00	58,00	561,00

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