

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н/



1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, рис круглый	210	23,28	2,50	11,00	19,20	186,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр сметанковый	40/15/15	48,21	6,60	26,00	15,70	324,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,80	2,80	2,70	23,10	129,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,17	3,20	0,30	20,80	98,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ йогурт 5% жирности	125	53,88	2,50	1,90	3,80	60,00
Итого		143,34	17,60	41,90	82,60	797,00
Всего		143,34	17,60	41,90	82,60	797,00

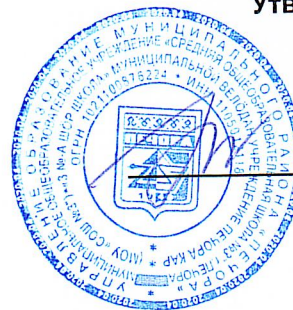
Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Ch

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, рис круглый	210	23,64	2,50	11,30	19,20	188,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр сметанковый	40/15/15	45,47	7,10	22,80	19,00	311,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,75	2,80	2,80	23,30	131,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,76	4,10	0,30	27,20	128,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	52,00	2,40	1,80	3,60	58,00
Итого		140,62	18,90	39,00	92,30	816,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная, петрушка , укроп, лавровый лист	250	22,48	6,50	7,00	20,10	324,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	49,49	12,80	31,10	8,20	235,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	12,42	10,00	9,30	45,30	305,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,83	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,76	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		92,98	33,40	47,70	115,30	1 050,00
Всего		233,60	52,30	86,70	207,60	1 866,00

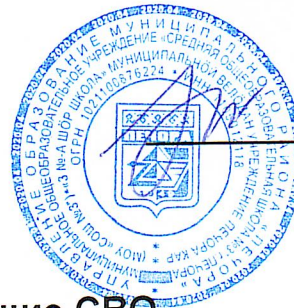
Зав. производством (шеф-повар)

С.С. Ногтева

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

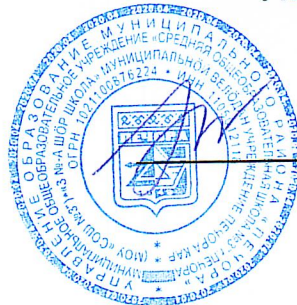
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	200	13,48	5,20	5,40	16,00	257,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	53,50	14,40	34,40	7,30	225,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	12,27	10,10	9,20	45,50	304,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,84	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,42	2,70	0,20	17,80	84,00
Итого		85,51	32,40	49,20	101,20	928,00
Всего		85,51	32,40	49,20	101,20	928,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	90	63,07	16,80	39,30	9,10	264,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	12,29	10,10	9,20	45,50	304,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,86	3,00	0,20	19,60	92,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,83	0,00	0,00	14,50	58,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	100	21,90	7,90	15,60	58,30	405,00
Итого		103,95	37,80	64,30	147,00	1 123,00
Всего		103,95	37,80	64,30	147,00	1 123,00

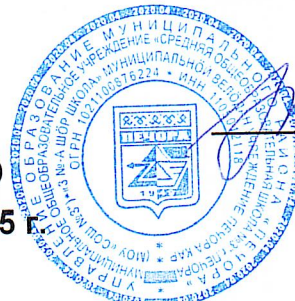
Зав. производством (шеф-повар)

С.Ногтева

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, рис круглый	210	4,03	0,00	0,00	19,40	77,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, сыр сметанковый	40/15/15	26,77	4,10	13,50	0,10	139,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	17,60	2,40	1,50	20,40	105,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ йогурт 5% жирности	125	48,00	2,20	1,70	3,30	53,00
Итого		96,40	8,70	16,70	43,20	374,00
Всего		96,40	8,70	16,70	43,20	374,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна