

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

1-4 классы

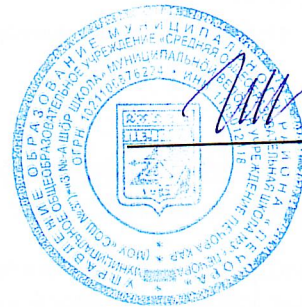
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное	210	19,87	8,20	9,40	54,30	334,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	15,00	3,30	3,30	24,00	140,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,81	3,10	0,30	20,30	96,00
Итого		48,18	19,60	17,50	98,90	631,00
Всего		48,18	19,60	17,50	98,90	631,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

ОВЗ

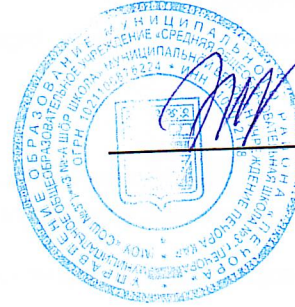
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, молоко тетрапак, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное	210	19,61	7,90	9,20	51,90	323,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	13,06	2,80	2,80	23,30	131,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,45	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		47,62	19,80	16,80	102,70	643,00
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	18,05	5,10	11,10	9,40	282,00
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	90/30	40,33	9,70	21,70	3,00	114,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, томатная паста, горошек зеленый консервы	180	27,44	3,20	12,20	16,00	188,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,45	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		94,12	22,10	45,30	70,10	770,00
Всего		141,74	41,90	62,10	172,80	1 413,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	90/30	39,64	9,60	21,40	2,80	110,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, томатная паста, горошек зеленый консервы	180	25,88	3,10	12,80	15,90	192,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,60	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,81	3,10	0,30	20,30	96,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, молоко тетрапак, сметана 20% жирности	100	35,54	12,20	20,00	46,80	417,00
		108,47	28,00	54,50	110,00	912,00
Итого		108,47	28,00	54,50	110,00	912,00
Всего						

Зав. производством (шеф-повар)

ЕГ

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



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

МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

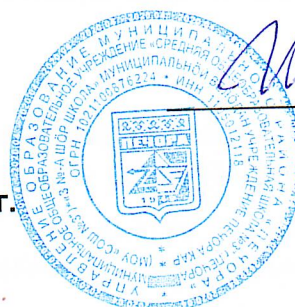
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, сметана 20% жирности	200	14,41	4,10	8,90	7,50	226,00
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	90/30	51,01	13,00	28,90	3,00	131,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, томатная паста, горошек зеленый консервы	180	26,64	3,10	12,80	16,00	193,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,60	0,00	0,00	24,30	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш.сорт	40	4,08	2,60	0,20	17,20	81,00
		98,75	22,80	50,80	68,00	728,00
Итого		98,75	22,80	50,80	68,00	728,00
Всего						

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

Дерматит

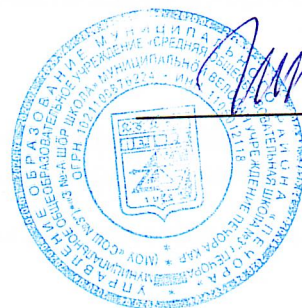
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное	210	14,59	5,60	9,30	53,60	321,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, вода питьевая, сахар песок	200	33,25	4,70	2,90	21,30	133,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		56,34	15,30	16,70	75,20	515,00
Всего		56,34	15,30	16,70	75,20	515,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

Астма

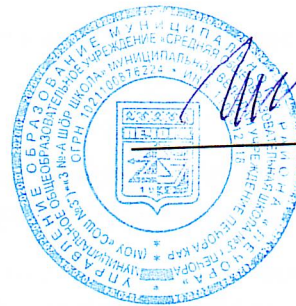
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное	210	14,58	5,60	9,30	53,60	321,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	8,50	5,00	4,50	0,30	61,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, вода питьевая, сахар песок	200	33,26	4,70	2,90	21,30	133,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		56,34	15,30	16,70	75,20	515,00
Всего		56,34	15,30	16,70	75,20	515,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 февраля 2026 г.

Детский дом

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	22,85	5,60	16,90	11,00	343,00
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	90/30	47,23	7,60	18,30	6,20	177,00
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, томатная паста	180	25,29	3,10	18,00	17,00	244,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	200	2,96	0,00	0,00	29,00	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		98,33	16,30	53,20	63,20	880,00
Всего		98,33	16,30	53,20	63,20	880,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна