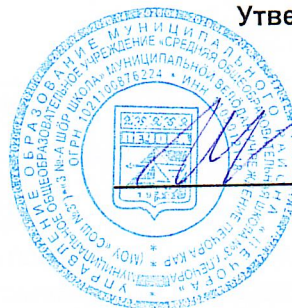


Утверждаю

Директор
МОУ «СОШ №3»
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 марта 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, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150/40	60,96	20,60	15,70	21,00	312,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	7,07	0,00	0,00	29,40	118,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,72	3,00	0,30	19,90	94,00
ЯБЛОКО яблоки	100	35,99	0,90	0,90	22,00	106,00
Итого		108,73	24,50	16,90	92,30	630,00
Всего		108,73	24,50	16,90	92,30	630,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 марта 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, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности, молоко сгущенное саранский бзмж	150/40	55,98	19,70	14,80	19,70	295,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	5,12	0,00	0,00	23,50	94,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
ЯБЛОКО яблоки	100	36,06	0,90	0,90	22,10	106,00
Итого		103,11	24,40	16,00	90,40	613,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	250	21,21	5,50	26,60	13,80	471,00
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	83,59	23,20	12,20	6,00	255,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	15,31	2,30	5,40	18,70	133,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	4,98	0,00	0,00	20,90	83,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого		131,06	34,80	44,50	84,50	1 060,00
Всего		234,16	59,20	60,50	174,90	1 673,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 марта 2026 г.

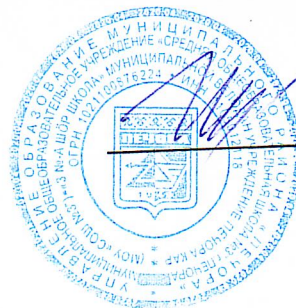
Многодетные. Малоимущие. СВО

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	15,40	4,30	20,70	10,90	371,00
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	83,31	23,10	12,20	5,70	253,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	15,50	2,30	5,50	18,70	134,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,01	0,00	0,00	20,90	83,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш.сорт	40	5,16	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		124,38	33,00	38,70	77,90	944,00
Всего		124,38	33,00	38,70	77,90	944,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

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



Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОЛБАСА ВАРЕНАЯ колбаса сливочная	50	50,99	12,80	8,50	0,00	128,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	15,44	2,30	5,50	18,70	133,00
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	50	17,38	0,40	3,80	1,40	42,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,02	0,00	0,00	20,90	83,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,66	2,40	0,20	15,40	73,00
Итого		92,49	17,90	18,00	56,40	459,00
Всего		92,49	17,90	18,00	56,40	459,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Э.Н.Копыльцова/



МЕНО

6 марта 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, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	53,35	18,30	17,90	25,50	340,00
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	36,80	0,90	0,90	22,50	108,00
Итого		90,90	19,20	18,80	57,70	487,00
Всего		90,90	19,20	18,80	57,70	487,00

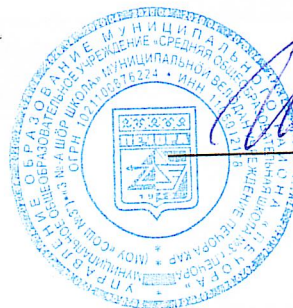
Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 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	250	50,34	6,00	23,70	15,30	453,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	63,39	17,60	5,00	6,70	163,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, соль йодированная, вода питьевая	180	9,06	2,30	0,50	19,00	90,00
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		127,79	25,90	29,20	60,40	783,00
Всего		127,79	25,90	29,20	60,40	783,00

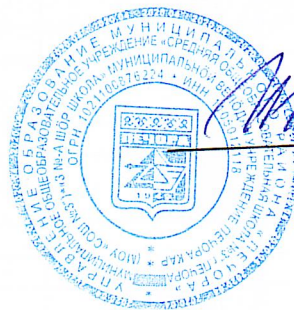
Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

6 марта 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, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	53,36	18,30	17,90	25,50	340,00
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	36,80	0,90	0,90	22,50	108,00
Итого		90,91	19,20	18,80	57,70	487,00
Всего		90,91	19,20	18,80	57,70	487,00

Зав. производством (шеф-повар) Ногтева Софья Семеновна