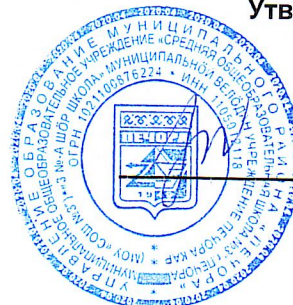


Утверждаю

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



МЕНЮ

8 октября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	43,72	18,10	24,50	6,10	323,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	39,08	12,60	14,00	36,50	324,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,49	2,90	2,80	12,60	88,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,56	3,10	0,30	20,20	95,00
ГРУША киви	100	31,00	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого		130,86	37,10	41,90	85,70	877,00
Всего		130,86	37,10	41,90	85,70	877,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

8 октября 2025 г.

ОВЗ

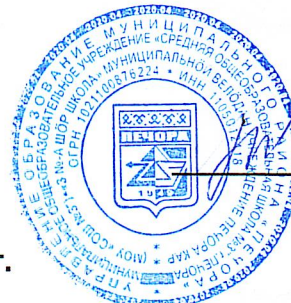
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	90	37,87	16,10	22,40	5,40	293,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150	24,00	9,50	10,40	36,80	280,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	15,85	3,50	3,40	13,30	98,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,70	4,50	0,40	29,70	140,00
ГРУША киви	100	31,00	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого		115,43	34,00	36,90	95,50	858,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, голень цб, соль йодированная, укроп, петрушка	250	22,63	8,40	4,60	20,10	283,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свѣж, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	35,51	9,00	8,50	3,70	127,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	24,47	4,70	9,00	20,30	182,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,79	0,00	0,00	15,00	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,70	4,50	0,40	29,70	140,00
Итого		91,09	26,60	22,50	88,80	792,00
Всего		206,52	60,60	59,40	184,30	1 650,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

8 октября 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

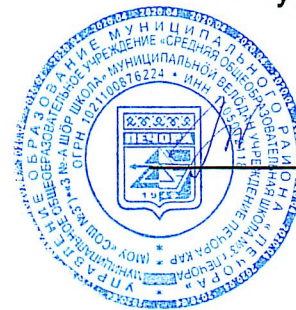
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, голень цб, соль йодированная, петрушка , укроп, лавровый лист	200	18,25	6,70	3,90	16,00	228,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша сѣлм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	37,45	9,50	9,10	4,80	139,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	16,41	2,50	6,30	17,00	135,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,76	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,36	3,60	0,30	23,70	112,00
Итого		79,24	22,30	19,60	76,10	672,00
Всего		79,24	22,30	19,60	76,10	672,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

8 октября 2025 г.

Абонементское питание

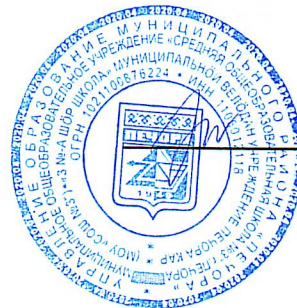
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свлм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	53,51	13,30	10,10	4,70	162,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	15,92	2,40	6,20	16,70	133,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,45	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,28	2,90	0,20	18,90	89,00
ШАНЬГА С КАРТОФЕЛЕМ мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, картофель, молоко тетрапак	100	14,19	5,60	9,70	32,60	240,00
Итого		90,35	24,20	26,20	97,10	721,00
Всего		90,35	24,20	26,20	97,10	721,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

8 октября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, чеснок, масло подсолнечное рафинированое	90	22,17	9,10	20,00	8,60	256,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное	150/20	12,55	4,40	8,60	26,60	202,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	16,81	2,40	1,50	10,70	67,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	73,70	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ГРУША киви	100	31,00	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого		156,23	65,90	34,40	382,40	2 111,00
Всего		156,23	65,90	34,40	382,40	2 111,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна