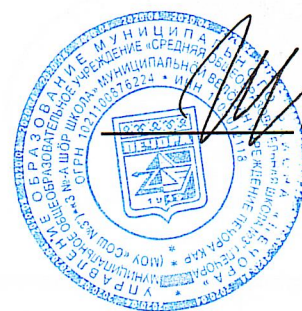


Утверждаю

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



МЕНЮ

9 апреля 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	60,77	19,90	15,70	19,60	303,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	12,66	5,00	4,50	0,30	61,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, вода питьевая, чай нури листовой	200	2,60	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,69	3,00	0,20	19,80	93,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ пирожное чоко пай	30	15,76	0,00	0,20	0,70	5,00
Итого		96,48	27,90	20,60	64,60	559,00
Всего		96,48	27,90	20,60	64,60	559,00

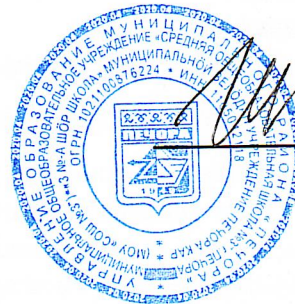
Зав. производством (шеф-повар)

Э.Н.Копыльцова

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

9 апреля 2026 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 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	46,96	17,40	12,90	15,60	252,00
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	12,66	5,00	4,50	0,30	61,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, вода питьевая, чай нури листовой	200	2,62	0,00	0,00	24,60	98,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
ПИРОЖНОЕ ИН.УПАКОВКА пирожное чоко пай	30	15,71	0,00	0,20	0,70	5,00
Итого		83,91	26,20	17,90	66,30	534,00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	250	21,49	5,90	11,40	13,10	333,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	76,43	25,10	37,90	37,10	590,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,87	0,00	0,00	14,90	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого		105,75	34,80	49,60	90,20	1 101,00
Всего		189,66	61,00	67,50	156,50	1 635,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

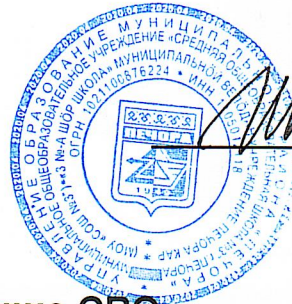
Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Э.Н.Копыльцова/

МЕИЮ

9 апреля 2026 г.



Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	200	17,00	4,70	8,80	10,60	264,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	76,00	25,00	37,60	37,00	587,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,25	3,40	0,30	22,10	104,00
Итого		100,11	33,10	46,70	84,30	1 013,00
Всего		100,11	33,10	46,70	84,30	1 013,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

МЕНЮ

9 апреля 2026 г.

Абонементское питание



Утверждаю

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						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	75,96	25,00	37,60	37,00	587,00
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ свекла, масло подсолнечное рафинированное, чеснок, соль йодированная	60	6,07	0,90	8,10	5,50	98,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,69	2,40	0,20	15,50	73,00
Итого		87,57	28,30	45,90	72,60	816,00
Всего		87,57	28,30	45,90	72,60	816,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ'СОШ№3'
Ю.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

9 апреля 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, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	70,07	23,40	24,20	26,10	420,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	12,66	5,00	4,50	0,30	61,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, вода питьевая, чай нури листовой	200	2,97	0,00	0,00	29,00	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		85,70	28,40	28,70	55,40	597,00
Всего		85,70	28,40	28,70	55,40	597,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ 'СОШ №3'
Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

9 апреля 2026 г.

Дерматит

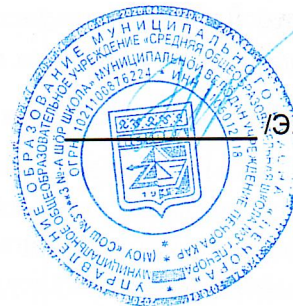
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сливочное, сухари панировочные, соль йодированная, сметана 20% жирности	150/40	70,09	23,40	24,20	26,10	420,00
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ яйца куриные (шт.)	40	12,67	5,00	4,50	0,30	61,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, вода питьевая, чай нури листовой	200	2,96	0,00	0,00	29,00	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ПИРОЖНОЕ В ИНД.УПАКОВКЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		85,72	28,40	28,70	55,40	597,00
Всего		85,72	28,40	28,70	55,40	597,00

Зав. производством (шеф-повар)

EC

Ногтева Софья Семеновна

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



Детский дом

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, бедро цб	200	17,50	4,70	10,00	13,30	286,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ филе грудки, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, рис длиннозерный, масло сливочное	200	63,21	20,90	31,30	37,20	514,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	200	1,85	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		82,55	25,60	41,30	65,00	858,00
Всего		82,55	25,60	41,30	65,00	858,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна