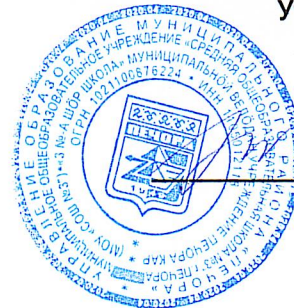


Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

9 октября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк, яйца куриные (шт.)	70/30	51,07	12,60	24,80	2,30	133,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	16,58	2,60	6,40	17,00	136,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,16	0,00	0,00	23,30	93,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,58	3,10	0,30	20,30	96,00
ЯБЛОКО яблоки	100	37,31	0,90	0,90	22,80	110,00
Итого		114,71	19,20	32,40	85,70	568,00
Всего		114,71	19,20	32,40	85,70	568,00

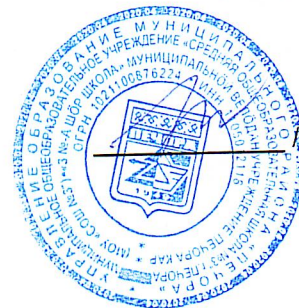
Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

Жопыльцова Э.Н/



МЕНЮ

9 октября 2025 г.

ОВЗ

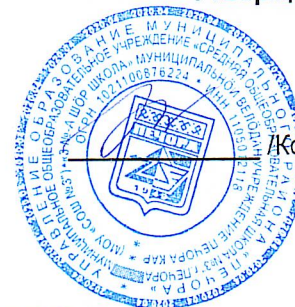
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк, яйца куриные (шт.)	70/30	47,45	11,10	21,10	2,10	128,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	22,66	4,20	8,30	19,60	171,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,15	0,00	0,00	23,10	92,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,67	3,80	0,30	25,10	118,00
ЯБЛОКО яблоки	100	37,29	0,90	0,90	22,80	110,00
Итого		118,21	20,00	30,60	92,70	619,00
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	16,20	5,30	8,50	10,70	294,00
БЕДРО ПОРЦИОННО бедро цб, соль йодированная, сметана 20% жирности	90	54,53	26,60	30,70	0,50	1 496,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,33	3,70	5,80	40,40	228,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,90	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,67	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого		91,51	39,40	45,30	91,60	2 196,00
Всего		209,73	59,40	75,90	184,30	2 815,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ноттева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

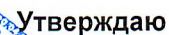
9 октября 2025 г.

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	16,20	5,30	8,70	10,30	294,00
БЕДРО ПОРЦИОННО бедро цб, соль йодированная, сметана 20% жирности	90	52,69	25,60	29,60	0,50	1 444,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,43	3,70	5,80	40,40	229,00
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	6,46	4,40	0,40	28,60	135,00
Итого		90,54	39,00	44,50	94,40	2 160,00
Всего		90,54	39,00	44,50	94,40	2 160,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Директор
МОУ'СОШ№3'
опыльцова Э.Н/

Абонементское питание

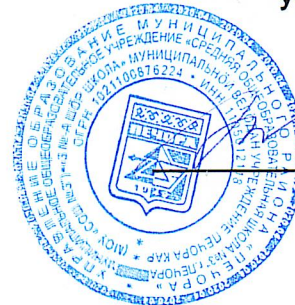
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БЕДРО ПОРЦИОННО бедро цб, соль йодированная, сметана 20% жирности	90	56,16	27,40	31,60	0,50	1 545,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,38	3,70	5,80	40,40	229,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурец свежий	60	11,70	7,40	0,00	7,40	74,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,76	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	4,36	2,90	0,20	19,30	91,00
Итого		87,36	41,40	37,60	82,10	1 997,00
Всего		87,36	41,40	37,60	82,10	1 997,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н/



МЕНЮ

9 октября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина бк	70/30	45,12	11,10	19,30	4,50	108,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	150	18,20	2,10	8,40	16,70	151,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	4,89	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	73,70	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ЯБЛОКО яблоки	100	36,80	0,90	0,90	22,50	108,00
Итого		178,71	63,70	32,60	389,30	1 983,00
Всего		178,71	63,70	32,60	389,30	1 983,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна