

Директор
МОУ 'СОШ №3'
Н. Копыльцова/

МЕНЮ

10 февраля 2026 г.

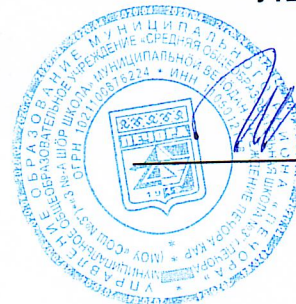
1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	90/30	61,10	10,00	12,00	4,10	164,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	18,03	3,30	5,70	24,80	164,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	16,15	0,20	0,10	20,70	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	3,13	2,00	0,20	13,20	62,00
Итого		98,41	15,50	18,00	62,80	476,00
Всего		98,41	15,50	18,00	62,80	476,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 февраля 2026 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	90/30	51,78	8,40	10,80	4,10	147,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	16,65	3,00	5,20	24,40	156,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	16,27	0,20	0,10	20,70	86,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,53	3,50	0,30	23,30	110,00
Итого		90,23	15,10	16,40	72,50	499,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб	250	14,57	10,00	8,10	16,90	374,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, яйца куриные (шт.), свинина бк	90/30	57,97	16,40	33,40	10,20	193,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	13,19	8,50	9,10	38,50	269,00
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	5,53	3,50	0,30	23,30	110,00
Итого		93,10	38,40	50,90	103,40	1 004,00
Всего		183,33	53,50	67,30	175,90	1 503,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

/Э.Н.Копыльцова/

10 февраля 2026 г.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб	200	11,60	8,00	6,20	13,50	297,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, сметана 20% жирности, яйца куриные (шт.), свинина бк	90/30	61,49	15,40	30,70	10,70	217,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	13,46	10,10	9,10	45,50	304,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовый	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		93,66	36,90	46,30	106,40	980,00
Всего		93,66	36,90	46,30	106,40	980,00

Ch

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ №3'
Ю.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

10 февраля 2026 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	7 Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, сметана 20% жирности, яйца куриные (шт.), свинина бк	90/30	61,81	15,50	30,80	11,00	219,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	13,56	10,10	9,20	45,50	305,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное	50	20,85	1,00	4,30	2,00	50,00
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	4,74	3,00	0,30	20,00	94,00
Итого		102,81	29,60	44,60	93,10	726,00
Всего		102,81	29,60	44,60	93,10	726,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

10 февраля 2026 г.

Астма

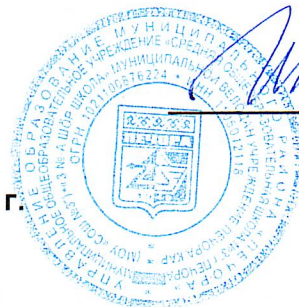
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	90/30	44,27	7,80	15,10	9,80	207,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	21,28	3,10	8,60	24,80	189,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	20,10	0,20	0,10	21,10	88,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		85,65	11,10	23,80	55,70	484,00
Всего		85,65	11,10	23,80	55,70	484,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ноптева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

10 февраля 2026 г.

Детский дом

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб	200	13,15	9,00	14,00	15,60	379,00
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ говядина б/к, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, яйца куриные (шт.), свинина бк	90/30	43,79	13,50	26,50	10,60	249,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	15,24	9,70	10,50	44,00	309,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,22	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		74,40	32,20	51,00	89,60	1 014,00
Всего		74,40	32,20	51,00	89,60	1 014,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ
10 февраля 2026 г.

Дерматит

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ говядина б/к, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, вода питьевая	90/30	44,28	7,80	15,10	9,80	207,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	21,30	3,10	8,60	24,80	189,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, брусника, смородина черная	200	20,10	0,20	0,10	21,10	88,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		85,68	11,10	23,80	55,70	484,00
Всего		85,68	11,10	23,80	55,70	484,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна