



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

12 ноября 2024 г.

Сахарный диабет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА <small>пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное, крупа кукурузная</small>	200	101,02	30,30	39,30	52,40	688,00
КАКАО С МОЛОКОМ <small>какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая</small>	200	104,53	31,50	32,50	46,60	610,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш. сорт</small>	40	62,92	49,60	4,00	326,20	1 539,00
Итого		268,47	111,40	75,80	425,20	2 837,00
Всего		268,47	111,40	75,80	425,20	2 837,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
12 ноября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	80	56,34	16,10	35,90	7,50	246,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	6,96	5,60	5,10	25,20	169,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	3,85	3,00	0,30	19,90	94,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕНКОЙ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное варенка	100	19,67	7,50	13,90	59,80	394,00
Итого		88,59	32,20	55,20	126,90	961,00
Всего		88,59	32,20	55,20	126,90	961,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.И.

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

12 ноября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, горбуша сём	200	20,90	6,10	3,60	14,60	115,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,28	7,90	7,50	35,80	242,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина б/к, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак, яйца куриные (шт)	80	56,38	16,10	36,00	7,60	247,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,31	2,60	0,20	17,20	81,00
Итого		92,64	32,70	47,30	89,80	743,00
Всего		92,64	32,70	47,30	89,80	743,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
12 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное, крупа кукурузная	200	18,48	4,10	8,20	25,90	194,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	220	11,58	3,10	3,30	19,20	119,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
БАНАН банан	184	48,66	2,80	0,90	38,70	177,00
БАБАЕВСКИЙ батончик бабаевский	30	55,00	0,10	0,20	0,50	5,00
Итого		140,00	15,10	13,00	116,90	649,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, горбуша с/м	200	22,29	6,50	3,80	14,60	119,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак, яйца куриные (шт)	80	63,99	18,50	38,50	11,40	295,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	150	10,66	8,40	7,80	37,90	255,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,78	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
Итого		105,00	38,40	50,50	111,00	881,00
Всего		245,00	53,50	63,50	227,90	1 530,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.С.

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

12 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное, крупа кукурузная	200	16,58	3,50	7,50	25,10	182,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок	200	9,96	2,60	2,60	18,30	108,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,98	3,90	0,30	25,80	122,00
БАНАН банан	184	48,59	2,80	0,90	38,60	176,00
БАБАЕВСКИЙ батончик бабаевский	30	55,00	0,10	0,20	0,50	5,00
Итого		135,11	12,90	11,50	108,30	593,00
Всего		135,11	12,90	11,50	108,30	593,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна