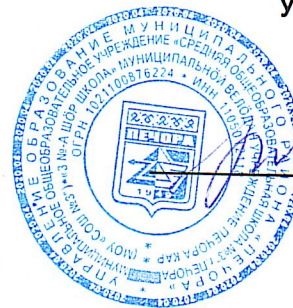


Утверждаю

Директор

МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 октября 2025 г.

1-4 классы

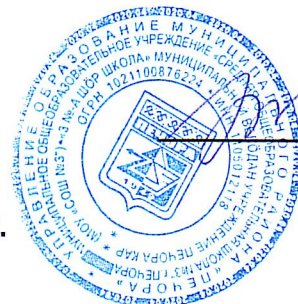
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, рис круглый	210	15,53	1,20	6,80	17,10	134,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр сметанковый	40/15/15	53,04	7,70	27,10	17,50	346,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	10,53	2,20	2,10	22,20	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,58	3,10	0,30	20,30	96,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ йогурт 5% жирности	125	51,90	2,40	1,80	3,60	58,00
Итого		135,60	16,60	38,10	80,70	750,00
Всего		135,60	16,60	38,10	80,70	750,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Н.

Ногтева Софья Семеновна

Директор
МОУ'СОШ№3'
Попельцова Э.Н/



OB3

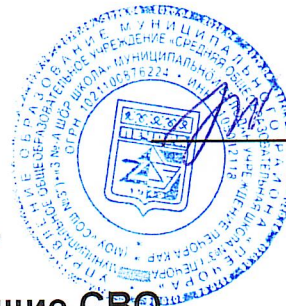
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ вода питьевая, молоко тетрапак, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, рис круглый	210	18,93	2,50	7,30	19,20	152,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр сметанковый	40/15/15	46,11	7,10	22,80	19,00	311,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	16,68	3,40	3,20	23,60	138,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	6,14	4,10	0,30	27,20	128,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	52,00	2,40	1,80	3,60	58,00
Итого		139,85	19,50	35,40	92,60	787,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная, укроп, петрушка	250	19,94	7,10	7,10	23,40	340,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	10,14	8,40	7,50	38,00	253,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	30,32	9,50	26,80	7,10	179,00
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	6,14	4,10	0,30	27,20	128,00
Итого		68,29	29,10	41,70	110,20	958,00
Всего		208,14	48,60	77,10	202,80	1 745,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Многодетные.Малоимущие.СВО

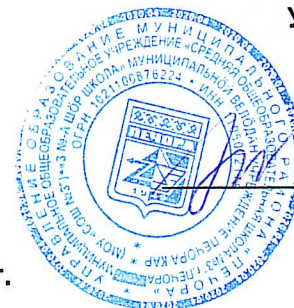
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная, укроп, петрушка	200	12,33	5,60	3,50	18,70	253,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	12,37	10,10	9,20	45,50	304,00
КОТЛЕТА МЯСНАЯ говядина б/к, свинина бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	60,65	16,20	38,70	8,20	253,00
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	2,95	2,00	0,20	13,10	62,00
Итого		90,05	33,90	51,60	100,00	930,00
Всего		90,05	33,90	51,60	100,00	930,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 октября 2025 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 бк, чеснок, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	90	63,95	17,10	39,40	8,80	265,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная	180	12,36	10,10	9,20	45,50	304,00
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	4,75	3,20	0,30	21,00	99,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	100	7,38	8,40	3,80	61,60	314,00
Итого		90,21	38,80	52,70	151,50	1 040,00
Всего		90,21	38,80	52,70	151,50	1 040,00

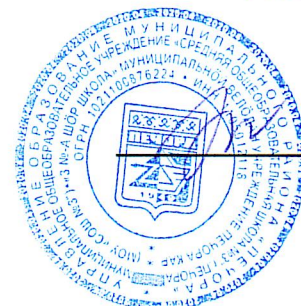
Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ вода питьевая, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, рис круглый	210	14,96	0,10	8,00	19,40	150,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ масло сливочное, сыр сметанковый	40/15/15	18,92	2,10	10,90	0,10	107,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	17,48	2,40	1,50	20,40	105,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ йогурт 5% жирности	125	48,00	2,20	1,70	3,30	53,00
Итого		99,36	6,80	22,10	43,20	415,00
Всего		99,36	6,80	22,10	43,20	415,00

Зав. производством (шеф-повар)

Chen

Ногтева Софья Семеновна