

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	40,05	18,50	20,00	6,00	282,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,52	5,60	4,80	33,80	201,00
ЧАЙ С САХАРОМ и ЛИМОН вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой, лимон	200	7,63	0,20	0,00	15,10	64,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,61	2,80	0,20	18,70	88,00
ШАНЬГА С КАРТОФЕЛЕМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, маргарин столовый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, картофель, масло подсолнечное рафинированное, молоко тетрапак, сметана 20% жирности	100	18,37	7,50	14,30	32,10	287,00
Итого		77,18	34,60	39,30	105,70	922,00
Всего		77,18	34,60	39,30	105,70	922,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
13 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ вода питьевая, маргарин столовый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, говядина б/к, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	80/25	66,17	17,50	31,00	1,20	153,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	13,59	2,80	4,80	20,70	137,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, яблоки, черноплодная ряб	200	13,94	0,20	0,20	23,80	99,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	3,63	2,90	0,20	18,80	89,00
МАНДАРИН мандарин	140	35,70	1,10	0,30	10,50	53,00
Итого		133,02	24,50	36,50	75,00	531,00
Всего		133,02	24,50	36,50	75,00	531,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
13 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ вода питьевая, маргарин столовый, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, говядина б/к, молоко тетрапак, яйца куриные (шт.)	80/25	52,58	14,70	25,70	5,10	161,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	21,82	5,40	7,60	24,90	190,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД сахар песок, вода питьевая, яблоки, черноплодная ряб	200	13,92	0,20	0,20	23,80	99,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	6,29	5,00	0,40	32,60	154,00
МАНДАРИН мандарин	140	35,70	1,10	0,30	10,50	53,00
Итого		130,30	26,40	34,20	96,90	657,00
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, картофель, сметана 20% жирности, лавровый лист, укроп, петрушка	250	18,00	3,10	11,10	11,90	162,00
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	41,28	18,20	19,90	9,70	295,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,50	5,60	4,80	33,90	201,00
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		74,85	31,90	36,20	102,60	870,00
Всего		205,15	58,30	70,40	199,50	1 527,00

Зав. производством (шеф-повар)

Сс

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
13 ноября 2024 г.

Многолетние. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, картофель, сметана 20% жирности, лавровый лист, укроп, петрушка	200	18,00	2,50	9,00	9,40	130,00
БИТОЧКИ КУР. молоко тетрапак, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, сухари панировочные, фарш цб, филе грудки, яйца куриные (шт.), чеснок	80	39,96	18,50	20,00	5,80	281,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,56	5,60	4,90	33,80	201,00
ЧАЙ С САХАРОМ и ЛИМОН вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой, лимон	200	7,63	0,20	0,00	15,10	64,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш. сорт	40	4,27	3,40	0,30	22,10	104,00
Итого		77,42	30,20	34,20	86,20	780,00
Всего		77,42	30,20	34,20	86,20	780,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна