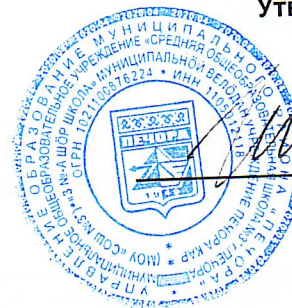


Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

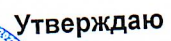
15 января 2026 г.

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.), масло подсолнечное рафинированное	90/30	42,03	10,40	27,10	3,00	159,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	19,67	3,10	7,80	20,50	165,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,30	0,00	0,00	23,20	93,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,84	3,10	0,30	20,40	96,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		87,84	17,00	35,60	76,90	560,00
Всего		87,84	17,00	35,60	76,90	560,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

15 января 2026 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.), масло подсолнечное рафинированное	90/30	58,65	13,20	29,00	3,10	189,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	13,00	2,40	3,90	19,30	122,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,32	0,00	0,00	23,50	94,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,53	3,50	0,30	23,30	110,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		98,50	19,50	33,60	79,00	562,00
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	200	16,62	5,20	8,30	12,20	268,00
БЕДРО ПОРЦИОННО бедро цб, соль йодированная, сметана 20% жирности, масло подсолнечное рафинированное	90	43,97	20,00	28,40	0,50	1 171,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	180	17,05	4,40	7,10	48,50	276,00
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		85,01	33,10	44,10	99,00	1 883,00
Всего		183,51	52,60	77,70	178,00	2 445,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

15 января 2026 г.

Абонементское питание

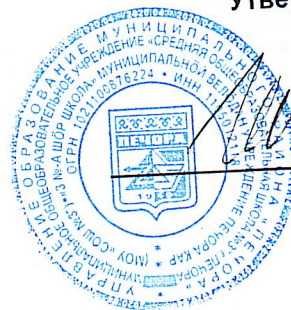
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
БЕДРО ПОРЦИОННО бедро цб, соль йодированная, сметана 20% жирности, масло подсолнечное рафинированное	90	43,73	20,00	26,70	0,50	1 155,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	180	16,86	4,40	7,00	48,50	275,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ горошек зеленый консервы	50	31,69	1,50	0,10	3,20	20,00
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	4,50	2,90	0,20	18,90	89,00
Итого		98,61	28,80	34,00	85,70	1 597,00
Всего		98,61	28,80	34,00	85,70	1 597,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ев

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



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

МЕНЮ

15 января 2026 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, масло сливочное, сметана 20% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина б/к, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное	90/30	57,46	14,90	40,80	7,00	327,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	19,06	2,50	8,50	19,60	165,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		97,52	17,80	49,70	55,80	616,00
Всего		97,52	17,80	49,70	55,80	616,00

Зав. производством (шеф-повар)

С.Н.

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



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

МЕНЮ

15 января 2026 г.

Детский дом

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	17,13	5,20	9,10	14,90	287,00
БЕДРО ПОРЦИОННО бедро цб, соль йодированная, сметана 20% жирности, масло подсолнечное рафинированное	90	32,91	14,20	22,50	0,50	848,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная	180	8,11	4,40	0,30	48,60	214,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		60,00	23,80	31,90	78,50	1 407,00
Всего		60,00	23,80	31,90	78,50	1 407,00

Зав. производством (шеф-повар)

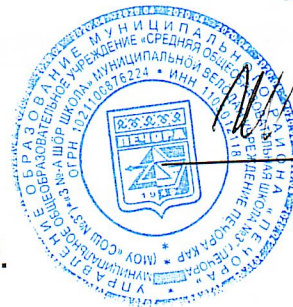
cle

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ
15 января 2026 г.

Дерматит

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.), масло подсолнечное рафинированное	90/30	57,46	15,00	41,00	7,60	331,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	19,06	2,50	8,50	19,60	165,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО яблоки	100	16,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		97,52	17,90	49,90	56,40	620,00
Всего		97,52	17,90	49,90	56,40	620,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна