



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

15 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша сайм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	46,74	14,30	9,80	3,70	159,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	13,72	3,60	6,60	38,90	230,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок сады придонья 0,2	200	27,27	0,00	0,00	0,10	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт	40	3,79	3,00	0,20	19,60	93,00
МАНДАРИН мандарин	153	39,08	1,20	0,30	11,50	58,00
Итого		130,60	22,10	16,90	73,80	540,00
Всего		130,60	22,10	16,90	73,80	540,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

15 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛета РЫБНАЯ горбуша с/м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	53,54	16,50	13,10	8,40	218,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ рис длиннозерный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	13,52	3,60	6,40	38,90	228,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ сок сады придонья 0,2	200	27,27	0,00	0,00	0,10	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
МАНДАРИН мандарин	153	39,10	1,20	0,30	11,50	58,00
Итого		140,42	26,80	20,30	95,10	675,00
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	250	37,26	9,30	11,70	19,10	361,00
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80/25	46,32	11,80	20,40	5,60	159,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	9,24	8,50	6,60	38,20	246,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,82	0,00	0,00	15,10	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	6,99	5,50	0,50	36,20	171,00
Итого		101,64	35,10	39,20	114,20	997,00
Всего		242,06	61,90	59,50	209,30	1 672,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3

/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ

15 ноября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	200	26,70	7,50	8,90	16,30	289,00
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина б/к, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80/25	47,79	12,10	22,90	1,30	122,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	8,76	8,50	6,20	38,30	242,00
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	4,19	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		89,23	31,40	38,30	92,10	814,00
Всего		89,23	31,40	38,30	92,10	814,00

Зав. производством (шеф-повар)



Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

15 ноября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ФРИКАДЕЛЬКИ С СОУСОМ говядина б/к, вода питьевая, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, свинина бк, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак	80/25	38,03	9,30	17,40	1,40	105,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное	150	8,76	8,50	6,20	38,30	242,00
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	3,93	3,10	0,30	20,40	96,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности	100	34,53	16,00	17,00	72,90	510,00
Итого		87,03	36,90	40,90	147,50	1 011,00
Всего		87,03	36,90	40,90	147,50	1 011,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна