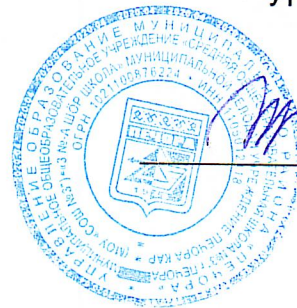


Утверждаю

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



МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша св.м. молоко тетрапак. сухари панировочные. масло подсолнечное рафинированное. соль йодированная. яйца куриные (шт)	80	42,59	10,30	8,60	3,50	132,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное. соль йодированная. вода питьевая	150	17,57	3,30	5,50	21,50	149,00
КИСЕЛЬ кисель . сахар песок. вода питьевая	200	6,26	0,00	0,00	27,90	112,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	4,28	3,00	0,30	20,00	94,00
ЯБЛОКО яблоки	100	18,50	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		89,20	17,00	14,80	82,70	534,00
Всего		89,20	17,00	14,80	82,70	534,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Э.Н/

МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свлм, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт)	80	44,61	11,40	11,40	8,70	183,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная вода питьевая	150	27,56	6,20	8,40	26,10	205,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	7,21	0,00	0,00	30,90	124,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	8,75	6,20	0,50	40,80	192,00
ЯБЛОКО яблоки	100	18,50	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		106,62	24,20	20,70	116,30	751,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб	250	11,22	8,30	8,40	16,00	297,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,93	3,70	6,20	40,40	233,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	70/30	55,14	16,90	11,10	3,60	202,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	4,66	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	8,75	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		93,70	35,10	26,20	120,20	1 001,00
Всего		200,32	59,30	46,90	236,50	1 752,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

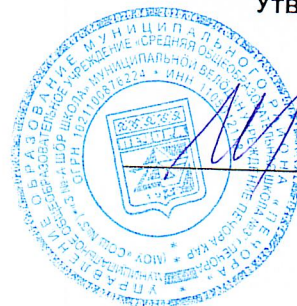
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, бедро цб, петрушка , укроп, лавровый лист	200	13,14	7,20	7,30	12,80	270,00
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный, соль йодированная, масло сливочное	150	13,41	3,70	5,80	40,40	229,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное	70/30	48,14	16,90	10,80	3,70	199,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	4,66	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	3,50	2,50	0,20	16,30	77,00
Итого		82,84	30,30	24,10	92,60	852,00
Всего		82,84	30,30	24,10	92,60	852,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
РИС ОТВАРНОЙ рис длиннозерный соль йодированная масло сливочное	150	13,45	3,70	5,90	40,40	229,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень масло сливочное мука пшеничная высш сорт вода питьевая сметана 20% жирности соль йодированная томатная паста лук репчатый морковь масло подсолнечное рафинированное	70/30	47.93	15,40	16,60	3,80	244,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок вода питьевая	200	4,66	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	39	4,15	2,90	0,20	19,30	91,00
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ огурцы соленые	62	11,48	0,20	0,00	0,40	3,00
Итого		81.66	22.20	22,70	83,30	644,00
Всего		81.66	22.20	22,70	83,30	644,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
Копыльцова Э.Н/



МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свлм, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	80	28,88	10,30	15,50	6,20	205,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, соль йодированная, вода питьевая	150	6,64	1,80	0,40	14,20	67,00
КИСЕЛЬ кисель, сахар песок, вода питьевая	200	53,59	0,00	0,00	179,60	718,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ЯБЛОКО яблоки	100	18,50	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		177,57	62,10	20,30	536,00	2 576,00
Всего		177,57	62,10	20,30	536,00	2 576,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна