

МЕНЮ
18 марта 2026 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша с/м, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	41,76	11,80	9,60	9,00	169,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	20,55	3,70	6,50	23,80	169,00
КИСЕЛЬ кисель, сахар песок, вода питьевая	200	8,26	0,00	0,00	32,50	130,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,79	3,10	0,30	20,20	95,00
Итого		75,35	18,60	16,40	85,50	563,00
Всего		75,35	18,60	16,40	85,50	563,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

/Э.Н.Копыльцова/

18 марта 2026 г.

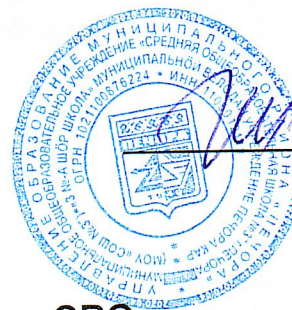
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ сосиски для завтрака	50	29,34	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	10,32	6,70	5,60	40,50	239,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,81	3,10	0,30	20,30	96,00
БУЛОЧКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, молоко сгущенное варенка	100	20,91	7,40	1,10	59,60	278,00
Итого		70,38	17,20	7,00	139,80	690,00
Всего		70,38	17,20	7,00	139,80	690,00

cl

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

18 марта 2026 г.

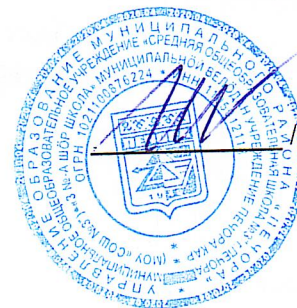
Многодетные. Малоимущие. СВО

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	200	13,11	4,00	12,70	8,30	287,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	73,10	20,40	10,30	4,80	218,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	10,39	6,70	5,60	40,50	240,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,34	3,40	0,30	22,50	106,00
Итого		106,95	34,50	28,90	95,50	928,00
Всего		106,95	34,50	28,90	95,50	928,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю



Директор
МОУ 'СОШ №3'
Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ

18 марта 2026 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.)	90	40,10	10,90	10,80	6,70	167,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	21,19	3,90	7,70	17,60	156,00
КИСЕЛЬ кисель , сахар песок, вода питьевая	200	8,75	0,00	0,00	34,00	136,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,53	3,50	0,30	23,30	110,00
Итого		75,58	18,30	18,80	81,60	569,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бедро цб, укроп, петрушка	250	18,01	5,10	15,90	10,50	360,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, масло сливочное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	77,70	18,40	13,30	4,70	234,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	10,21	6,60	5,50	40,30	238,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,53	3,50	0,30	23,30	110,00
Итого		116,45	33,60	35,00	98,20	1 019,00
Всего		192,03	51,90	53,80	179,80	1 588,00

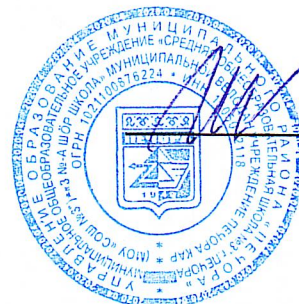
Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

18 марта 2026 г.

Дерматит

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша свеж, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	43,43	14,30	16,70	6,20	232,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	19,51	2,40	8,50	19,10	162,00
КИСЕЛЬ сахар песок, вода питьевая	200	0,75	0,00	0,00	9,70	39,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		63,69	16,70	25,20	35,00	433,00
Всего		63,69	16,70	25,20	35,00	433,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 марта 2026 г.

Детский дом

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ картофель, рис круглый, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, бедро цб, укроп, петрушка	200	44,85	4,70	13,10	10,10	301,00
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 20% жирности, соль йодированная, томатная паста, лук репчатый, морковь	90/30	23,60	6,20	2,20	6,80	78,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	180	14,66	6,60	8,90	39,90	266,00
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
Итого		88,11	17,50	24,20	76,20	722,00
Всего		88,11	17,50	24,20	76,20	722,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'
Н.Копыльцова/



МЕНЮ
18 марта 2026 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА горбуша св\м, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.)	90	43,43	14,30	16,70	6,20	232,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная, вода питьевая	180	19,51	2,40	8,50	19,10	162,00
КИСЕЛЬ сахар песок, вода питьевая	200	0,75	0,00	0,00	9,70	39,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		63,69	16,70	25,20	35,00	433,00
Всего		63,69	16,70	25,20	35,00	433,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна