

Утверждаю

Директор
МОУ 'СОШ №3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ

19 ноября 2024 г.

Многодетные. Малоимущие. СВО

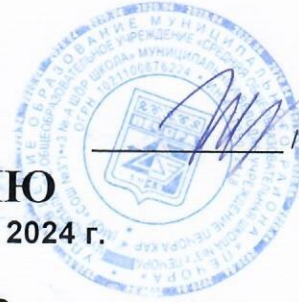
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	200	18,00	8,10	10,90	8,50	297,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак, филе грудки	80	36,54	17,50	24,70	5,60	321,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,84	3,70	5,60	40,10	226,00
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	3,37	2,70	0,20	17,50	82,00
Итого		72,52	32,00	41,40	86,20	984,00
Всего		72,52	32,00	41,40	86,20	984,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
19 ноября 2024 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ свекла, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированное	80	12,95	3,60	8,90	7,10	123,00
ГУЛЯШ МЯСНОЙ свинина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, говядина б/к, вода питьевая, морковь, соль йодированная, масло сливочное, петрушка, сахар песок, лавровый лист	80/30	96,85	23,70	46,50	13,80	313,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	150	25,85	6,20	10,50	22,70	211,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД смородина красная, сахар песок, вода питьевая, вишня	150	18,11	0,40	0,10	18,60	79,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	8,99	7,10	0,60	46,60	220,00
БАНАН банан	190	50,21	2,90	1,00	39,90	182,00
Итого		212,96	43,90	67,60	148,70	1 128,00
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, голень цб, сметана 20% жирности	250	18,00	10,10	14,40	10,50	379,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак, филе грудки	80	47,94	21,20	28,10	11,70	391,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	13,15	3,70	5,90	40,10	228,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,83	0,00	0,00	15,20	61,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	8,99	7,10	0,60	46,60	220,00
Итого		89,91	42,10	49,00	124,10	1 279,00
Всего		302,87	86,00	116,60	272,80	2 407,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Элла Николаевна/



МЕНЮ
19 ноября 2024 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА КУРИНАЯ вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, фарш цб, яйца куриные (шт.), молоко тетрапак, Филе грудки	80	36,52	17,50	24,70	5,60	321,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ вода питьевая, масло сливочное, соль йодированная, рис длиннозерный	150	12,84	3,70	5,60	40,10	226,00
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	3,75	3,00	0,20	19,40	92,00
КОЛБАСА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, колбаса сливочная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.)	100	30,73	7,80	6,20	1,20	92,00
Итого		85,61	32,00	36,70	80,80	789,00
Всего		85,61	32,00	36,70	80,80	789,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'

/Копыльцова Элла Николаевна/

МЕНЮ
19 ноября 2024 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ <small>свекла, сыр сметанковый, масло подсолнечное рафинированое</small>	80	13,20	3,70	8,30	7,10	119,00
ГУЛЯШ МЯСНОЙ <small>свинина б/к, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, говядина б/к, вода питьевая, морковь, соль йодированная, масло сливочное, петрушка, сахар песок, лавровый лист</small>	80/30	90,33	23,60	45,30	14,40	305,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная</small>	150	14,64	2,70	6,60	17,20	139,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖ.ЯГОД <small>вода питьевая, сахар песок, вишня, смородина красная</small>	200	22,41	0,40	0,20	18,80	81,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн формовой мука высш сорт</small>	40	3,77	3,00	0,20	19,50	92,00
БАНАН <small>банан</small>	190	50,23	2,90	1,00	39,90	182,00
Итого		194,58	36,30	61,60	116,90	918,00
Всего		194,58	36,30	61,60	116,90	918,00

Зав. производством (шеф-повар)



Ногтева Софья Семеновна