

Утверждаю

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

MEHIO

22 сентября 2025 г.

1-4 классы

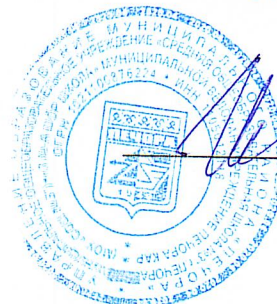
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сливочное	210	18,71	3,70	7,90	32,00	215,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сливочное, батон нарезной пшен мука 1 сорт	40/10	30,22	2,00	20,60	12,50	243,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовый	200	2,17	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,16	3,00	0,20	19,40	91,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	50,57	2,50	1,90	3,80	60,00
Итого		105,82	11,20	30,60	91,90	706,00
Всего		105,82	11,20	30,60	91,90	706,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

Абонементское питание

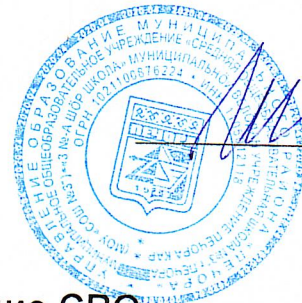
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,90	5,50	4,70	33,80	199,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	80	45,61	20,60	29,10	5,30	370,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,17	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт	40	4,34	3,10	0,30	20,30	96,00
ПЛЮШКА С САХАРОМ мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сливочное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	100	13,69	8,30	12,30	61,60	390,00
Итого		73,72	37,50	46,40	145,20	1 152,00
Всего		73,72	37,50	46,40	145,20	1 152,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ

22 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 РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыбн консервы в масле скумбрия атл бланш, крупа перловая, петрушка, укроп, лавровый лист	200	36,64	9,70	2,40	22,20	150,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, масло сливочное, соль йодированная	150	7,97	5,60	4,70	33,80	200,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	35,29	16,90	22,50	5,80	298,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,60	0,00	0,00	14,60	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	4,66	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		86,17	35,50	29,90	98,10	809,00
Всего		86,17	35,50	29,90	98,10	809,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

ОВЗ

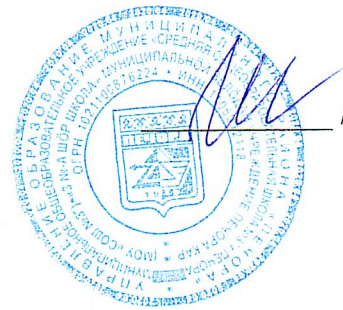
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, молоко тетрапак, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная	210	16,34	4,90	4,20	33,80	193,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сливочное, батон нарезной пшенич. мука 1 сорт	40/10	36,60	4,50	21,30	28,40	323,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,17	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт	40	8,75	6,20	0,50	40,80	192,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	50,63	2,50	1,90	3,80	60,00
Итого		114,48	18,10	27,90	131,00	865,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыбн. консервы в масле, скумбрия атл. бланш, крупа перловая	250	39,12	11,20	3,00	27,50	183,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная	150	2,88	5,60	0,80	34,00	166,00
КОТЛЕТА КУРИНАЯ Филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	80	29,97	14,90	20,20	4,80	266,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,59	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт	40	8,75	6,20	0,50	40,80	192,00
Итого		82,30	37,90	24,50	121,60	865,00
Всего		196,78	56,00	52,40	252,60	1 730,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Копыльцова Э.Н./



МЕНЮ
22 сентября 2025 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА рис круглый, пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная	210	3,35	1,10	0,30	26,10	111,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ сахар песок, чай нури листовой	200	2,47	0,00	0,00	29,00	116,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн формовой мука высш сорт	40	69,96	49,60	4,00	326,20	1 539,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. йогурт 5% жирности	125	45,00	2,20	1,70	3,30	53,00
Итого		120,78	52,90	6,00	384,60	1 819,00
Всего		120,78	52,90	6,00	384,60	1 819,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна