



Утверждаю

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

МЕНЮ
25 марта 2026 г.

1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, молоко тетрапак, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	45,95	19,20	25,70	6,40	339,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	37,14	11,80	14,60	27,90	292,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,86	2,90	2,90	12,60	88,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт	40	4,74	3,00	0,30	20,00	94,00
Итого		100,69	36,90	43,50	66,90	813,00
Всего		100,69	36,90	43,50	66,90	813,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

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



МЕНЮ

25 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, вода питьевая, бедро цб. соль йодированная, укроп, петрушка , лавровый лист	200	15,74	5,90	3,60	20,70	263,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша с/м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	34,96	9,50	10,30	5,00	151,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	19,64	2,90	7,50	20,10	160,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,85	0,00	0,00	14,50	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,16	3,30	0,30	21,70	103,00
Итого		77,34	21,60	21,70	82,00	735,00
Всего		77,34	21,60	21,70	82,00	735,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна



Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/

МЕНЮ
25 марта 2026 г.

ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИНАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	42,79	18,00	24,10	4,80	313,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	37,61	11,90	14,80	28,10	295,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, молоко тетрапак, вода питьевая	200	12,56	2,80	2,70	12,70	87,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого		98,91	36,50	41,90	70,70	813,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная	250	18,07	6,50	6,80	20,00	322,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша свѣж, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	41,06	11,20	10,70	7,60	171,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	26,28	4,70	9,60	22,80	197,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	1,87	0,00	0,00	14,90	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	5,96	3,80	0,30	25,10	118,00
Итого		93,24	26,20	27,40	90,40	868,00
Всего		192,15	62,70	69,30	161,10	1 681,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Абонементское питание

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша с\м, молоко тетрапак, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый	90	55,23	14,70	10,60	4,80	173,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, молоко тетрапак, масло сливочное, соль йодированная	180	17,66	3,00	5,90	20,30	146,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,60	0,00	0,00	24,20	97,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт	40	4,74	3,00	0,30	20,00	94,00
ХАЧАПУРИ С СЫРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, вода питьевая, сыр сметанковый, сметана 20% жирности	100	34,01	11,70	19,60	46,10	409,00
Итого		114,24	32,40	36,40	115,40	919,00
Всего		114,24	32,40	36,40	115,40	919,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

25 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, макаронные изделия 1 сорт, морковь, лук репчатый, вода питьевая, бедро цб, соль йодированная, укроп, петрушка , лавровый лист	200	77,79	7,00	3,80	25,10	286,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ горбуша с\м, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый	90	19,75	5,40	11,00	6,60	147,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ картофель, масло сливочное, соль йодированная	180	17,37	1,80	8,40	14,30	140,00
ЧАЙ С САХАРОМ вода питьевая, сахар песок, чай нури листовой	200	2,22	0,00	0,00	19,40	77,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		117,13	14,20	23,20	65,40	650,00
Всего		117,13	14,20	23,20	65,40	650,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ №3
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Дерматит

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	43,64	19,20	29,70	8,90	385,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	45,12	12,60	19,00	26,60	330,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	16,50	2,40	1,50	10,70	67,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		105,26	34,20	50,20	46,20	782,00
Всего		105,26	34,20	50,20	46,20	782,00

Зав. производством (шеф-повар)

Ногтева Софья Семеновна

Утверждаю

Директор
МОУ'СОШ№3'
/Э.Н.Копыльцова/



МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Астма

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА КУРИННАЯ филе грудки, вода питьевая, сухари панировочные, фарш цб, яйца куриные (шт.), чеснок, масло подсолнечное рафинированное	90	43,65	19,20	29,70	8,90	385,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ макаронные изделия 1 сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное, сыр сметанковый	150/20	45,13	12,60	19,00	26,60	330,00
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, сахар песок, вода питьевая	200	16,49	2,40	1,50	10,70	67,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		105,27	34,20	50,20	46,20	782,00
Всего		105,27	34,20	50,20	46,20	782,00

Зав. производством (шеф-повар)

СН

Ногтева Софья Семеновна