





Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 15.10.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
20	Сыр (порциями)	5	6		73	14-94
250	Суп-лапша домашняя* на мясном бульоне	20	12	20	251	11-12
220/5	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	6	7	37	239	20-98
30/170	Кулеш с мясом (гречка) 30/170г	19	18	45	417	37-86
70/50	Рыба (минтай), тушеная в томатном соусе	14	5	4	118	24-91
180	Рис отварной	5	3	48	240	13-21
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-34
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	7-06
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	4-18
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-71
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	5-83
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	38-52

Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,3% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная по0,кг, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.3з, Томатная паста, Масло растительное

100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	13-75
-----	----------------------------	---	---	----	-----	-------

Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная по0,кг, Вода, Повидло

15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	15-13
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Vanap"	2	8	22	172	29-02
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
50	Печенье сахарное "Школьная шпиргалочка"	4	8	34	220	21-00
50	Вафли Хрустящий десерт	2	16	30	270	20-15
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
32	Пирожное бисквитное НИРРО ВО	55	160	560	3 900	16-66
150	Фреш Стаканчик "Морковные палочки"	2		10	53	18-80
120	Фреш Стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	37-66
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
75	Круассан с абрикосовым конфитюром 75г	4	14	23	232	30-60
3 514	Итого за Буфет	203	369	1 297	9 162	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 15.10.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
10	Сыр (порциями)	3	3		36	
190	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	5	6	31	199	
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
510	Итого за Завтрак	16	19	99	621	83-50
Обед						
250	Суп-лапша домашняя* на мясном бульоне	20	12	20	251	
25/165	Кулеш (гречка с мясом)	29	20	44	474	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
705	Итого за Обед	54	33	124	994	78-02
	Итого за день	70	52	223	1 615	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)
(Ахмадиева С.С.)
(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



Меню

на 15.10.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
10	Сыр (порциями)	3	3		36	
225	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	6	7	37	235	
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
560	Итого за Завтрак	18	20	112	690	76-36
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на мясном бульоне	24	14	24	301	
25/190	Кулеш (гречка с мясом)	32	22	51	533	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
800	Итого за Обед	63	37	146	1 155	88-10
	Итого за день	81	57	258	1 845	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 15.10.2024, МОАУ СОШ №3, Спецпитание 1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
10	Сыр (порциями)	3	3		36	
225	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	9	10	30	243	
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
560	Итого за Завтрак	21	23	95	658	76-36
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на мясном бульоне	24	14	24	301	
25/190	Кулеш (гречка с мясом)	32	22	51	533	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
800	Итого за Обед	64	37	138	1 125	88-10
	Итого за день	85	60	233	1 783	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)