





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



Утверждаю:  
Минязов Р.Н.

# Меню

на 18.10.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	--------------	------------------	----------------------

## Буфет

250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	12-02
250/20	Суп куллама по- деревенски с курицей	12	10	16	202	22-58
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	18-48
205	Картофель тушеный	4	17	34	304	25-79
70/150	Плов из птицы	24	25	42	496	50-15
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-34
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	8-30
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
28	Печенье Шахматное сахарное	2	3	21	117	7-38
60	Манник	4	5	32	190	11-58
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 вод/к, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.3л, Томатная паста, Масло растительное*

15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	18-78
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 Вапан"	2	8	22	172	29-02
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад желевый	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
250	Компот из вишни			20	86	36-21
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
3 767	<b>Итого за Буфет</b>	206	391	1 246	9 070	

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 18.10.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
30/200	Плов из птицы	16	20	56	472	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
28	Печенье Шахматное сахарное	2	3	21	117	
508	Итого за Завтрак	22	24	115	759	83-50
<b>Обед</b>						
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
150	ТК Картофель тушеный	3	13	24	225	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
775	Итого за Обед	25	33	103	821	78-02
	Итого за день	47	57	218	1 580	

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 18.10.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
30/235	Плов из птицы	18	22	66	539	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
28	Печенье Шахматное сахарное	2	3	21	117	
558	<b>Итого за Завтрак</b>	25	26	133	865	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
835	<b>Итого за Обед</b>	28	36	122	938	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	53	62	255	1 803	

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 18.10.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
30/200	Каша гречневая с мясом птицы	19	17	53	442	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
28	Печенье Шахматное сахарное	2	3	21	117	
523	<b>Итого за Завтрак</b>	26	21	110	728	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
835	<b>Итого за Обед</b>	28	36	111	893	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	54	57	221	1 621	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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