







Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 22.10.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
Буфет						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	11-12
225	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	9	9	41	282	19-70
100	Чахохбили	19	18	4	250	42-14
220	Макаронные изделия отварные	8	6	52	290	13-75
70/150	Плов из птицы	24	25	42	496	50-15
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 Ванильная	5	8	35	233	5-25
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	18-78
100	Булочка Ванильная	8	10	59	359	8-14
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (с курицей с соусом)	10	19	37	365	27-54
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
35	Батончик "Fun Banan"	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 HIPPO BO	55	160	560	3 900	16-66
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
3 612	Итого за Буфет	220	403	1 330	9 545	

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:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 22.10.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

Завтрак

190	Каша жидкая молочная пшениная с маслом сливочным	7	7	35	238	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	
515	Итого за Завтрак	17	21	111	702	83-50

Обед

250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
30/155	Плов из птицы	14	17	43	386	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	26	25	123	813	78-02
	Итого за день	43	46	234	1 515	

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 22.10.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
225	Каша жидкая молочная пшениная с маслом сливочным	9	9	41	282	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	19	18	116	698	76-36
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
30/180	Плов из птицы	16	19	50	435	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
805	Итого за Обед	33	28	150	972	88-10
	Итого за день	52	46	266	1 670	

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 22.10.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
225	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	9	10	30	243	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	19	19	95	619	76-36
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
50/50	Птица тушеная	23	26	5	345	
180	Каша рассыпчатая из перловой	6	3	40	213	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
875	Итого за Обед	47	38	137	1 065	88-10
	Итого за день	66	57	232	1 684	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)