





Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 25.10.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
300	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	11	8	24	214	10-76
50/170/5	Макаронник с мясом и маслом	18	21	38	413	72-03
100	Гуляш из мяса птицы	10	11	3	152	21-78
200	Гречка отварная рассыпчатая	8	7	38	245	11-37
100	Фишболы	16	6	17	184	26-71
200	Рис отварной	5	7	53	301	14-67
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
120	Яблоко			25	56	17-34
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (с курицей с соусом)	11	19	38	371	27-54
100	Булочка Ванильная	8	10	59	359	8-14
37	Вафли "Джумка"					27-22
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 Вапан"	2	8	22	172	29-02
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	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 шпаргалочка"	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
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
3 554	<b>Итого за Буфет</b>	216	385	1 299	9 207	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомехина Е.С.)

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 25.10.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияс1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
100	Гуляш из мяса птицы	9	11	4	157	
185	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	35	226	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	22	18	75	552	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
300	Суп картофельный с гороховый на курином бульоне	11	8	24	210	
30/170/5	Макаронник с мясом и маслом	14	17	34	340	
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	
800	<b>Итого за Обед</b>	32	26	111	803	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	54	44	186	1 355	

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 25.10.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>						
100	Гуляш из мяса птицы	9	11	4	157	
185	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	35	226	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	22	18	85	592	<b>76-36</b>
<b><u>Обед</u></b>						
300	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	11	8	24	214	
200/5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	14	17	36	355	
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	
800	<b>Итого за Обед</b>	32	26	124	867	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	54	44	209	1 459	

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 25.10.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
90	Гуляш из мяса птицы	8	10	4	141	
160	Гречка отварная рассыпчатая	7	5	31	196	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
120	Яблоко			25	56	
620	<b>Итого за Завтрак</b>	19	16	98	563	<b>83-50</b>
<b>Обед</b>						
250	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	6	6	21	160	
180/5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	13	16	32	323	
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	
700	<b>Итого за Обед</b>	24	22	103	709	<b>78-02</b>
	<b>Итого за день</b>	43	38	201	1 272	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)