

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 25.04.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
30	Свекла отварная			3	13	
30/190	Плов из птицы	16	19	53	453	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	20	20	94	636	71-09
Обед						
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	79-73
	Итого за день	45	53	197	1 457	

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 25.04.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

50	Огурцы свежие				6	
40/40	Гуляш из отварного мяса	12	14	3	188	
180	Пюре картофельное	4	4	27	160	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
575	Итого за Завтрак	21	19	90	623	100-00

Обед

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	Итого за Обед	28	36	122	938	90-02
	Итого за день	49	55	212	1 561	

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 25.04.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г.)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
60	Свекла отварная	1		6	27	6-12
30	Огурцы свежие				3	11-97
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	16-35
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	26-25
205	Картофель тушеный	4	17	34	304	36-66
50/50	Гуляш из отварного мяса	16	18	4	239	68-32
70/150	Плов из птицы	24	25	42	496	50-17
200	Пюре картофельное	4	5	30	178	34-42
200	Чай с сахаром			10	40	2-84
200	Чай с молоком	1	2	12	70	10-32
200	Чай с лимоном			10	42	6-18
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	12-50
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	8-89
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	4-10
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-83
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-22
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	48-66
100	Шанежка паливная	8	9	50	307	23-30
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
20	Шоколад Аленка	2	7	11	108	24-91
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
30	Мармелад желевый	2		22	93	15-01
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
250	Компот из вишни			20	86	36-11
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
4 074	Итого за Буфет	137	227	645	5 061	

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 25.04.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
50	Огурцы свежие				6	
40/40	Гуляш из отварного мяса	12	14	3	188	
180	Пюре картофельное	4	4	27	160	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
575	Итого за Завтрак	22	19	82	593	100-00
<u>Обед</u>						
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	Итого за Обед	28	36	111	893	90-02
	Итого за день	50	55	193	1 486	

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 25.04.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

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

Обед

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	79-73

Уплотненный полдник

30	Свекла отварная			3	13	
30/190	Плов из птицы	16	19	53	453	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Уплотненный полдник	20	20	94	636	71-09
	Итого за день	45	53	197	1 457	

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 25.04.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Обед</u>						
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
30/30	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	Итого за Обед	28	36	122	938	90-02
<u>Уплотненный полдник</u>						
50	Огурцы свежие				6	
40/40	Гуляш из отварного мяса	12	14	3	188	
180	Пюре картофельное	4	4	27	160	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
575	Итого за Уплотненный полдник	21	19	90	623	100-00
	Итого за день	49	55	212	1 561	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)





