







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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 07.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

### Завтрак

225	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	8	10	33	254	
60	Булочка домашняя	5	10	38	257	

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

200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	18	21	111	694	<b>76-36</b>

### Обед

250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Птица, тушеная в соусе с овощами	13	15	7	213	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
820	<b>Итого за Обед</b>	33	28	130	903	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	51	49	241	1 597	

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 07.11.2024, 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 домашняя	5	10	38	257	

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

200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	<b>Итого за Завтрак</b>	19	21	98	643	<b>76-36</b>

### Обед

250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Птица, тушеная в соусе с овощами	13	15	7	213	
180	Макаронные изделия (группа А)	8	5	41	240	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
820	<b>Итого за Обед</b>	34	28	118	860	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	53	49	216	1 503	

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 07.11.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
280/5	Солянка домашняя	28	18	8	314	37-86
250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	3	8	18	156	16-22
225	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	8	10	33	254	19-75
180/40	Запеканка из творога со сгущенным молоком	42	13	55	515	85-65
100	Птица, тушеная в соусе с овощами	14	15	5	212	31-86
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	11-27
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 свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	8-30
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	5-20
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	5-22
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
120	Фреш Стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	37-66
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
37	Вафли "Джумка"					27-22
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
32	Пирожное бисквитное HIPPO BO	55	160	560	3 900	16-66
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
250	Компот из вишни			20	86	36-21
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Булочка домашняя	8	12	63	392	25-53
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	13-75

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

4 116	Итого за Буфет	237	348	1 239	8 758	
-------	----------------	-----	-----	-------	-------	--

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 07.11.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
190	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	7	8	28	215	
60/30	Запеканка из творога со сгущенным молоком	15	6	28	226	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
200	Сок 0,2	1		20	92	
730	<b>Итого за Завтрак</b>	27	15	109	683	<b>118-17</b>
<b>Обед</b>						
250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
90	Птица, тушеная в соусе с овощами	11	13	7	191	
150	Макаронные изделия отварные	6	4	35	199	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
760	<b>Итого за Обед</b>	28	25	112	790	<b>78-02</b>
	<b>Итого за день</b>	55	40	221	1 473	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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