

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 10.09.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
225	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	7	7	37	241	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
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>	17	16	114	664	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Плов из птицы	12	17	47	396	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамины С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
805	<b>Итого за Обед</b>	30	26	157	981	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	47	42	271	1 645	

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 10.09.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>						
190	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	6	6	31	203	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
120	Яблоко			25	56	
620	<b>Итого за Завтрак</b>	15	15	126	649	<b>83-50</b>
<b><u>Обед</u></b>						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/150	Плов из птицы	12	16	42	360	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
715	<b>Итого за Обед</b>	26	24	137	861	<b>78-02</b>
	<b>Итого за день</b>	41	39	263	1 510	

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 10.09.2024, МОАУ СОШ №3, С пец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>						
225	Д9 Каша вязкая молочная из перловой крупы с маслом сливочным	8	7	39	257	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
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>	18	16	106	640	<b>76-36</b>
<b><u>Обед</u></b>						
300	Суп-лапша домашняя* на мясном бульоне	24	14	24	301	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Плов из птицы	12	17	47	396	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
815	<b>Итого за Обед</b>	46	32	150	1 072	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	64	48	256	1 712	

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 10.09.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
250	Суп-лапша домашняя* н. курином бульоне	7	7	20	158	10-56
225	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	7	7	37	241	18-72
40/170	Плов из птицы	15	20	47	425	35-22
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
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
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	6-04
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	3-89
120	Яблоко			25	56	17-34
100	Пицца школьная (с курицей с соусом)	10	19	37	365	27-54
75	Круассан с абрикосовым конфитюром 75г	4	14	23	232	30-60
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
125	Пюре фруктовое Малышам			11	45	30-29
35	Батончик "Fun Вапан"	2	8	22	172	29-02
37	Вафли "Джумка"					27-22
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
55,5	Батончик Сникерс	2	14	32	270	53-39
55	Батончик Твикс	2	14	32	270	53-39
50	Батончик Марс	2	14	32	270	53-39
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	15-13
50	Печенье сахарное "Школьная шпиргалочка"	4	8	34	220	21-00
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
50	Вафли Хрустящий десерт	2	16	30	270	20-15
32	Пирожное бисквитное HIPPO BO	55	160	560	3 900	16-66
3 144	Итого за Буфет	155	398	1 293	9 199	

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 10.09.2024, МОАУ СОШ №3, Альтернативное

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	<b>Итого за Завтрак</b>	23	16	101	632	<b>76-36</b>
	<b>Итого за день</b>	23	16	101	632	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россوماхина Е.С.)





