





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



Утверждаю:

_____ Минязов Р.Н.

Меню

на 13.09.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
250/5/20	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	9	11	14	191	
60	Манник	4	5	32	190	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
600	Итого за Завтрак	18	17	76	524	76-36
<u>Обед</u>						
250	Суп Любительский	5	6	27	180	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	128	
180	Д9 Каша вязкая ячневая с маслом сливочным	4	7	26	185	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
815	Итого за Обед	26	22	109	736	88-10
	Итого за день	44	39	185	1 260	

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 13.09.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
250/5/2 0	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	8	11	17	200	
60	Манник	4	5	32	190	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
600	Итого за Завтрак	17	17	89	573	76-36
<u>Обед</u>						
250	Суп Любительский	5	6	27	180	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	128	
180	Картофель запеченный	5	19	42	362	
<i>Картофель вакуумированный, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг</i>						
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
815	Итого за Обед	27	34	136	958	88-10
	Итого за день	44	51	225	1 531	

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 13.09.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
200/5/2 0	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	10	10	13	190	
60	Манник	4	5	32	190	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
535	Итого за Завтрак	18	16	78	530	83-50
Обед						
200	Суп Любительский	4	6	21	153	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	128	
150	Картофель запеченный	4	16	35	302	
<i>Картофель вакуумированный, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг</i>						
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
715	Итого за Обед	23	31	112	819	78-02
	Итого за день	41	47	190	1349	

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 13.09.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
250/5/20	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	8	11	17	200	25-69
250	Суп Любительский	5	6	27	180	11-58
225	Курица по-тайски	16	17	52	426	36-23
70/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	14	5	4	118	24-91
200	Картофель запеченный	6	21	47	403	38-08
<i>Картофель вакуумированный, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг</i>						
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
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	3-11
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	5-22
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	5-20
60	Манник	4	5	32	190	11-58
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	6-04
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
120	Яблоко			25	56	17-34
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
75	Круассан с абрикосовым конфитюром 75г	4	14	23	232	30-60
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 Vapaa"	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
50	Батончик Марс	2	14	32	270	53-39
55	Батончик Твикс	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
3 692	Итого за Буфет	189	441	1 394	10 152	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)