





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



Утверждаю:
Минязов Р.Н.

Меню

на 16.09.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	23	18	108	685	76-36
Обед						
250/5	Рассольник ленинградский со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	7	48	271	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
830	Итого за Обед	31	27	129	967	88-10
	Итого за день	54	45	237	1 652	

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 16.09.2024, МОАУ СОШ №3-Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	3	8	18	156	17-41
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	59-87
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	12-53
100	Курица тушеная	13	12	3	173	28-19
180	Рис отварной	5	7	48	271	13-21
60/40	Котлеты "Нежные"* с соусом томатным	10	10	12	181	68-56
185	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	35	226	10-47
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	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	4-44
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	6-77
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
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	Шанежка наливная	8	9	50	307	16-97
100	Булочка дорожная	7	12	58	366	24-55
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 Мальшам			11	45	30-29
35	Батончик "Fun Banan"	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
3 750	Итого за Буфет	196	436	1 449	10 432	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)
(Ахмадиева С.С.)
(Росомахина Е.С.)

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



Утверждаю:
Минязов Р.Н.

Меню

на 16.09.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	
533	Итого за Завтрак	23	24	108	736	83-50
Обед						
250/5	Рассольник ленинградский со сметаной	6	7	18	164	
90	Курица тушеная	12	11	3	156	
150	Рис отварной	4	3	40	200	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
760	Итого за Обед	27	21	107	807	78-02
	Итого за день	50	45	215	1 543	

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 16.09.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия (группа А)	11	6	52	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	26	18	96	646	76-36
Обед						
250/5	Рассольник ленинградский со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	7	48	271	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
830	Итого за Обед	31	27	117	839	88-10
	Итого за день	57	45	213	1 485	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)