





Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 19.09.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

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

## Завтрак

225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным (без сахара)	9	8	38	254	
60	Шанежка наливная	5	9	30	219	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	19	18	98	616	76-36

## Обед

250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	11	16	236	
200	Говядина тушеная с овощами в соусе	16	18	20	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	

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

800	Итого за Обед	45	33	123	963	88-10
	Итого за день	64	51	221	1 579	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россوماхина Е.С.)

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 19.09.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

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

## Буфет

250/10	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	12	16	247	16-12
225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	8	7	42	268	18-21
30/180	Говядина тушеная с овощами в соусе	12	16	20	274	47-29
40/170	Плов из птицы	15	20	47	425	35-22
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-34
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	8-84
60	Шанежка наливная	5	9	30	219	8-02
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	6-19

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

60	Ватрушка с повидлом	4	3	40	201	8-18
30	Мармелад желевый	2		22	93	15-01
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	15-13
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Вапан"	2	8	22	172	29-02
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
50	Печенье сахарное "Школьная шпиргалочка"	4	8	34	220	21-00
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
32	Пирожное бисквитное НИРРО ВО	55	160	560	3 900	16-66
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
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	38-52

*Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.Зл, Томатная паста, Масло растительное*

100	Шанежка наливная	8	9	50	307	16-97
75	Круассан с абрикосовым конфитюром 75г	4	14	23	232	30-60
250	Компот из вишни			20	86	36-21
3 256	<b>Итого за Буфет</b>	193	372	1 268	9 065	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

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

09-0€

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3

(Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



## Меню

на 19.09.2024, 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 пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	8	7	42	268	
60	Шанежка наливная	5	9	30	219	
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	17	112	670	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	11	16	236	
200	Говядина тушеная с овощами в соусе	16	18	20	306	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод,кг, Вода, Повидло</i>						
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
800	<b>Итого за Обед</b>	45	33	133	1 003	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	63	50	245	1 673	

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 19.09.2024, 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 пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	7	6	35	226	
60	Шанежка наливная	5	9	30	219	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
30	Мармелад жележный	2		22	93	
530	Итого за Завтрак	18	16	120	688	83-50
<b>Обед</b>						
200/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	14	9	13	191	
180	Говядина тушеная с овощами в соусе	14	16	18	275	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод,кг, Вода, Повидло</i>						
710	Итого за Обед	38	29	117	875	78-02
	Итого за день	56	45	237	1 563	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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