

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛ
ЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛ
ЬНАЯ ШКОЛА № 3
ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ГОРОД
НЕФТЕКАМСК
РЕСПУБЛИКИ
БАШКОРТОСТАН

Ифизов И.И.)



Утвержд:

Минязов

Меню

на 27.09.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
<u>Буфет</u>					
300	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	11	8	24	214
50/170/5	Макаронник с мясом и маслом	18	21	38	413
100	Гуляш из мяса птицы	10	11	3	152
185	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	35	226
100	Фишболы	16	6	17	184
180	Рис отварной	5	3	48	240
200	Чай с сахаром			10	40
200	Чай с молоком	1	2	12	70
200	Чай с лимоном			10	42
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143
120	Яблоко			25	56
200	Сок 0,2	1		20	92
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172
50	Печенье сахарное "Школьная шпиргалочка"	4	8	34	220
50	Вафли Хрустящий десерт	2	16	30	270
125	Пюре фруктовое Малышам			11	45
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151
20	Зефир Ванильный Солнечные сладости				1
250	Компот из вишни			20	86
30	Мармелад жележный	2		22	93
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143
75	Круассан с абрикосовым конфитюром 75г	4	14	23	232
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18	
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289

100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259
<i>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</i>					
32	Пирожное бисквитное НИРРО ВО	55	160	560	3 900
3 552	Итого за Буфет	183	333	1 186	8 317

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

аю:

Р.Н.

Стоимость
питания

10-76

72-03

21-78

10-47

26-71

13-21

2-18

6-34

4-08

8-30

4-18

5-71

17-34

23-22

15-13

29-02

21-00

20-15

30-29

21-42

32-74

43-93

15-03

36-21

15-01

16-83

30-60

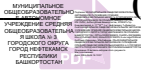
40-69

30-63

38-52

16-66

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



Утвержд:

Минязов

Меню

на 27.09.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
<u>Завтрак</u>					
90	Гуляш из мяса птицы	8	10	4	141
160	Гречка отварная рассыпчатая	7	5	31	196
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130
120	Яблоко			25	56
620	Итого за Завтрак	19	16	98	563
<u>Обед</u>					
250	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	6	6	21	160
180/5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	13	16	32	323
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104
700	Итого за Обед	24	22	103	709
	Итого за день	43	38	201	1 272

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

аю:

Р.Н.

Стоимость питания

83-50

78-02

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



Утвержд:
Минязов

Меню

на 27.09.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

100	Гуляш из мяса птицы	9	11	4	157
185	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	35	226
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169
550	Итого за Завтрак	22	18	85	592

Обед

300	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	11	8	24	214
200/5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	14	17	36	355
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С)			16	67
200г					
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143
800	Итого за Обед	32	26	124	867
	Итого за день	54	44	209	1 459

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

аю:

Р.Н.

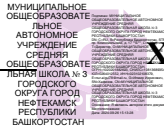
Стоимость питания

76-36

88-10

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3



Хафизов И.И.)



Утвержд:

Минязов

Меню

на 27.09.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияест 1

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

Завтрак

100	Гуляш из мяса птицы	9	11	4	157
185	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	35	226
200	Чай без сахара (2-й вариант)				
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169
550	Итого за Завтрак	22	18	75	552

Обед

300	Суп картофельный с гороховый на курином бульоне	11	8	24	210
30/170/5	Макаронник с мясом и маслом	14	17	34	340
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143
800	Итого за Обед	32	26	111	803
	Итого за день	54	44	186	1 355

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

аю:

Р.Н.

Стоимость питания

76-36

88-10





