

Согласовано:  
 Директор МОАУ СОШ №3



*[Handwritten signature]*

(Хафизов И.И.)

Директора МОАУ СОШ № 3  
 Утверждаю:  
 городского округа город Нефтекамск  
 Минязов Р.Н.



И.И. Хафизову

# Меню

на 28.11.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
200/20	Пурса шүр (кайык шыл) Марийская кухня	13	6	17	176	
60	Повидле перемеч дене	4	3	40	201	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	тел.	1	23	110	
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	
630	<b>Итого за Завтрак</b>	24	13	95	587	<b>118-17</b>
<b>Обед</b>						
250	Суп Любительский	5	6	27	180	
15	Гренки из пшеничного хлеба	2		11	56	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
150	ТК Картофель тушенный	3	13	24	225	
200	Лимонный чай с мятой					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
780	<b>Итого за Обед</b>	25	28	116	819	<b>78-02</b>
с	<b>Итого за День</b>	49	41	211	1 406	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор



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

\_\_\_\_\_ (подпись)

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



Утверждаю:  
\_\_\_\_\_ Минязов Р.Н.

## Меню

на 28.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
250/20	Пурса шўр (кайык шыл) Марийская кухня	15	6	22	204	
60	Повидле перемеч дене	4	3	40	201	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
595	<b>Итого за Завтрак</b>	24	10	102	588	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
300	Суп Любительский	3	4	16	108	
10	Гренки из пшеничного хлеба	1		8	37	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	ТК Картофель тушенный	4	15	29	270	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	<b>Итого за Обед</b>	25	28	118	825	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	49	38	220	1 413	

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 28.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
250/20	Пурса шўр (кайык шыл) Марийская кухня	15	6	22	204	
60	Повидле перемеч дене	4	3	40	201	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
595	<b>Итого за Завтрак</b>	24	10	102	588	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
300	Суп Любительский	3	4	16	108	
10	Гренки из пшеничного хлеба	1		8	37	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	ТК Картофель тушенный	4	15	29	270	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	<b>Итого за Обед</b>	25	28	118	825	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	49	38	220	1 413	

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 28.11.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
250/25	Суп картофельный с лапшой домашней* с курицей	14	13	23	259	31-38
250	Суп Любительский	5	6	27	180	9-50
225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	8	7	42	268	20-43
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	25-30
180	ТК Картофель тушенный	4	15	29	270	20-30
200	Лимонный чайный напиток			14	58	4-06
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Чай с молоком	1	2	12	70	7-31
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	8-26
100	Ватрушка с повидлом	7	3	65	312	15-37
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	38-52
250	Компот из вишни			20	86	36-21
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
37	Вафли "Джумка"					27-22
33,3	Кеке с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
30	Мармелад желевый	2		22	93	15-01
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
90	Шоколад молочный BABYFOX	7	32	48	513	83-66
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
32	Пирожное бисквитное HIPPO BO	55	160	560	3 900	16-66
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
50	Печенье батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	33-75
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
120	Фреш стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	37-66
120	Фреш стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
4 299	<b>Итого за Буфет</b>	201	406	1 347	9 555	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

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





