





Согласовано
 Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:
 Минязов Р.Н.

Меню

на 14.05.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
20	Сыр (порциями)	5	6		73	15-62
100	Икра морковная	2	8	10	124	14-60
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	10-80
220/5	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	6	7	37	239	20-67
180	Капуста тушеная	4	7	19	164	17-34
70/50	Птица тушеная	31	33	5	446	73-98
70/50	Рыба (минтай), тушеная в томатном соусе	14	5	4	118	28-07
200	Макаронные изделия отварные	8	7	48	284	13-26
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	7-04
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-57
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-10
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	5-12
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
125	Пюре фруктовое Малышам			11	45	30-29
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
60	Кекс Зебра	5	13	31	258	10-35
100	Булочка с повидлом обсыпная	7	19	61	446	10-85
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг, Дрожжи сухие, Вода, Повидло, Масло сливочное 72,5% жирности</i>						
200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
2 997	Итого за Буфет	124	182	538	4 328	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 14.05.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
20	Сыр (порциями)	5	6		73	
220/5	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	6	7	37	239	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
570	Итого за Завтрак	20	23	112	731	76-36

Обед

60	Икра морковная	1	6	6	85	
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
45/45	Птица тушеная	20	19	3	264	
180	Капуста тушеная	4	7	19	164	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
865	Итого за Обед	39	40	119	992	88-10
	Итого за день	59	63	231	1 723	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 14.05.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
20	Сыр (порциями)	5	6		73	
185/5	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	5	7	31	206	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
520	Итого за Завтрак	18	23	99	665	69-57
Обед						
60	Икра морковная	1	6	6	85	
200	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	6	5	16	126	
45/45	Птица тушеная	20	19	3	264	
150	Капуста тушеная	4	6	16	136	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
765	Итого за Обед	36	37	101	880	78-02
	Итого за день	54	60	200	1 545	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 14.05.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

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

Буфет

20	Сыр (порциями)	5	6		73	15-62
100	Икра морковная	2	8	10	124	14-60
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	10-80
220/5	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	6	7	37	239	20-67
180	Капуста тушеная	4	7	19	164	17-34
70/50	Птица тушеная	31	33	5	446	73-98
70/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	14	5	4	118	28-07
200	Макаронные изделия отварные	8	7	48	284	13-26
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	7-04
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-57
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-10
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	5-12
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
125	Пюре фруктовое Малышам			11	45	30-29
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
30	Мармелад желевый	2		22	93	15-01
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
60	Кекс Зебра	5	13	31	258	10-35
100	Булочка с повидлом обсыпная	7	19	61	446	10-85

Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное, Соль поваренная йод,кг, Дрожжи сухие, Вода, Повидло, Масло сливочное 72,5% жирности

200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
2 997	Итого за Буфет	124	182	538	4 328	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)