











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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

## Меню

на 03.03.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

| Вход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углед<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-------------|--------------------|-------|------|------------|------------------|----------------------|
|-------------|--------------------|-------|------|------------|------------------|----------------------|

### Завтрак

|     |                                                   |    |    |    |     |        |
|-----|---------------------------------------------------|----|----|----|-----|--------|
| 10  | Масло сливочное (порциями)                        |    | 7  |    | 66  |        |
| 60  | Котлеты "Нежные"*                                 | 12 | 9  | 12 | 161 |        |
| 215 | Гречка отварная рассыпчатая                       | 9  | 7  | 41 | 263 |        |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |    |    | 10 | 40  |        |
| 65  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 36 | 169 |        |
| 550 | Итого за Завтрак                                  | 26 | 24 | 99 | 699 | 100-00 |

### Обед

|        |                                                     |    |    |     |       |       |
|--------|-----------------------------------------------------|----|----|-----|-------|-------|
| 300/5  | ТК Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной | 8  | 6  | 11  | 128   |       |
| 20     | Гренки из пшеничного хлеба                          | 2  |    | 15  | 74    |       |
| 30/170 | Рагу из мяса птицы                                  | 13 | 15 | 29  | 306   |       |
| 200    | Инстантный витаминизированный напиток (кисель)      |    |    | 12  | 128   |       |
| 85     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)   | 7  | 1  | 47  | 221   |       |
| 810    | Итого за Обед                                       | 30 | 22 | 114 | 857   | 90-02 |
|        | Итого за день                                       | 56 | 46 | 213 | 1 556 |       |

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 03.03.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углерод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### Завтрак

|     |                                                   |    |    |    |     |       |
|-----|---------------------------------------------------|----|----|----|-----|-------|
| 60  | Котлеты "Нежные"*                                 | 12 | 9  | 12 | 161 |       |
| 190 | Макароны с томатом                                | 7  | 10 | 42 | 289 |       |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |    |    | 10 | 40  |       |
| 50  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4  | 1  | 28 | 130 |       |
| 500 | Итого за Завтрак                                  | 23 | 20 | 92 | 620 | 71-09 |

### Обед

|        |                                                    |    |    |     |       |       |
|--------|----------------------------------------------------|----|----|-----|-------|-------|
| 230/5  | Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной | 6  | 7  | 8   | 121   |       |
| 25     | Гренки из пшеничного хлеба                         | 3  |    | 19  | 93    |       |
| 30/150 | Рагу из мяса птицы                                 | 11 | 14 | 25  | 271   |       |
| 200    | Инстантный витаминизированный напиток (кисель)     |    |    | 12  | 128   |       |
| 65     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)  | 5  | 1  | 36  | 169   |       |
| 705    | Итого за Обед                                      | 25 | 22 | 100 | 782   | 79-73 |
|        | Итого за день                                      | 48 | 42 | 192 | 1 402 |       |

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 03.03.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### Обед

|        |                                                     |    |    |     |     |       |
|--------|-----------------------------------------------------|----|----|-----|-----|-------|
| 300/5  | ТК Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной | 8  | 6  | 11  | 128 |       |
| 20     | Гренки из пшеничного хлеба                          | 2  |    | 15  | 74  |       |
| 30/170 | Рагу из мяса птицы                                  | 13 | 15 | 29  | 306 |       |
| 200    | Инстантный витаминизированный напиток (кисель)      |    |    | 12  | 128 |       |
| 85     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)   | 7  | 1  | 47  | 221 |       |
| 810    | Итого за Обед                                       | 30 | 22 | 114 | 857 | 90-02 |

### Уплотненный полдник

|     |                                                   |    |    |     |       |        |
|-----|---------------------------------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 10  | Масло сливочное (порциями)                        |    | 7  |     | 66    |        |
| 60  | Котлеты "Нежные"*                                 | 12 | 9  | 12  | 161   |        |
| 215 | Гречка отварная рассыпчатая                       | 9  | 7  | 41  | 263   |        |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |    |    | 10  | 40    |        |
| 65  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 36  | 169   |        |
| 550 | Итого за Уплотненный полдник                      | 26 | 24 | 99  | 699   | 100-00 |
|     | Итого за день                                     | 56 | 46 | 213 | 1 556 |        |

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 03.03.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

| Выход<br>(г)   | Наименование блюда                                  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|----------------|-----------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                     |       |      |              |                  |                      |
| 10             | Масло сливочное (порциями)                          |       | 7    |              | 66               |                      |
| 60             | Котлеты "Нежные"*                                   | 12    | 9    | 12           | 161              |                      |
| 215            | Гречка отварная рассыпчатая                         | 9     | 7    | 41           | 263              |                      |
| 200            | Чай без сахара (2-й вариант)                        |       |      |              |                  |                      |
| 65             | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)   | 5     | 1    | 36           | 169              |                      |
| 550            | Итого за Завтрак                                    | 26    | 24   | 89           | 659              | 100-00               |
| <b>Обед</b>    |                                                     |       |      |              |                  |                      |
| 300/5          | ТК Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной | 8     | 6    | 11           | 128              |                      |
| 20             | Гренки из пшеничного хлеба                          | 2     |      | 15           | 74               |                      |
| 30/170         | Рагу из мяса птицы                                  | 13    | 15   | 29           | 306              |                      |
| 200            | Чай без сахара (2-й вариант)                        |       |      |              |                  |                      |
| 85             | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)   | 7     | 1    | 47           | 221              |                      |
| 810            | Итого за Обед                                       | 30    | 22   | 102          | 729              | 90-02                |
|                | Итого за день                                       | 56    | 46   | 191          | 1 388            |                      |

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:

Миниязов Р.Н.

## Меню

на 03.03.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### Буфет

|        |                                                         |    |    |    |     |       |
|--------|---------------------------------------------------------|----|----|----|-----|-------|
| 250/5  | Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной        | 6  | 5  | 9  | 108 | 14-98 |
| 60     | Котлеты "Нежные"*                                       | 12 | 9  | 12 | 161 | 67-51 |
| 220    | Макароны с томатом                                      | 8  | 12 | 48 | 334 | 34-64 |
| 100    | Курица тушеная                                          | 13 | 12 | 3  | 173 | 30-72 |
| 200    | Гречка отварная рассыпчатая                             | 8  | 7  | 38 | 245 | 14-80 |
| 30/180 | Рагу из мяса птицы                                      | 12 | 12 | 30 | 277 | 33-17 |
| 200    | Чай с сахаром                                           |    |    | 10 | 40  | 2-66  |
| 200    | Чай с лимоном                                           |    |    | 10 | 42  | 5-48  |
| 200    | Чай с молоком                                           | 1  | 2  | 12 | 70  | 9-59  |
| 200    | Инстантный витаминизированный напиток (кисель)          |    |    | 12 | 128 | 5-72  |
| 40     | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3  |    | 18 | 88  | 3-76  |
| 55     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 4  | 1  | 30 | 143 | 5-36  |
| 25     | Гренки из пшеничного хлеба                              | 3  |    | 19 | 93  | 4-56  |
| 43/50  | Сосиски запеченные в тесте                              | 10 | 12 | 32 | 289 | 36-34 |
| 100    | Пицца школьная (1-й вариант)                            | 11 | 10 | 30 | 259 | 51-56 |
| 100    | Пирожки печеные с повидлом                              | 6  | 3  | 62 | 291 | 16-54 |

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

|       |                                                            |     |     |     |       |       |
|-------|------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-------|-------|
| 200   | Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)               | 6   | 6   | 18  |       | 53-21 |
| 82    | Шоколад Россия                                             | 6   | 28  | 44  | 457   | 59-89 |
| 75    | Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия | 6   | 27  | 40  | 428   | 68-01 |
| 15    | Шоколад Аленка                                             | 1   | 5   | 8   | 81    | 20-24 |
| 45    | Шоколад молочный BABYFOX                                   | 4   | 17  | 22  | 257   | 32-74 |
| 30    | Мармелад жележный                                          | 2   |     | 22  | 93    | 15-01 |
| 50    | Батончик Двойная радость с мягкой карамелью                | 3   | 11  | 32  | 235   | 34-85 |
| 44    | Печенье сахарное Посольское                                | 3   | 7   | 31  | 202   | 21-93 |
| 33,3  | Кекс с начинкой 33,3г                                      | 2   | 7   | 17  | 143   | 16-83 |
| 20    | Вафли Золотце ты мое                                       | 19  | 5   | 14  | 41    | 16-15 |
| 500   | Вода питьевая 0,5г                                         |     |     |     |       | 25-50 |
| 120   | Фреш стаканчик "Витаминчик"                                | 1   |     | 19  | 54    | 39-02 |
| 3 472 | Итого за Буфет                                             | 150 | 198 | 642 | 4 732 |       |

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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