





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



Утверждаю:
Миниязов Р.Н.

Меню

на 03.05.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
100	Маринад овощной (без сахара)	2	10	8	133	
180/5	Омлет натуральный с маслом	17	25	3	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	24	36	47	608	76-36
Обед						
60	Винегрет с зеленым горошком	1	6	4	76	
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
50/30/1 20	Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски	13	9	30	256	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
865	Итого за Обед	32	34	134	983	88-10
	Итого за день	56	70	181	1 591	

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 03.05.2024, МОАУ СОШ №3, СТ Исмена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Маринад овощной	1	6	8	92	
30/200	Плов из птицы	13	19	56	451	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	19	26	110	752	76-36
Обед						
60	Винегрет с зеленым горошком	1	6	4	76	
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
50/30/1 20	Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски	13	9	30	256	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
865	Итого за Обед	32	34	144	1 023	88-10
	Итого за день	51	60	254	1 775	

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 03.05.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
100	Маринад овощной	2	10	13	148	14-89
100	Винегрет с зеленым горошком	2	10	7	127	11-58
250	Суп куллма по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	11-58
50/30/1 20	Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски	13	9	30	256	47-94
220/5	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	6	7	37	239	20-67
40/185	Плов из птицы	15	20	51	452	39-80
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	4-62
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	4-47
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	5-19
60	Булочка домашняя	5	10	38	257	4-78

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

43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
100	Пицца школьная (с курицей с соусом)	10	19	37	365	27-93
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17		16-83
30	Чоко Пай (Choco Pie)	1	5	19		15-47
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
250	Компот из смородины и яблок			23	83	30-00
3 167	Итого за Буфет	110	202	618	4 341	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 03.05.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Маринад овощной	1	6	8	92	
30/170	Плов из птицы	12	17	47	396	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
510	Итого за Завтрак	17	24	93	658	69-57
Обед						
60	Винегрет с зеленым горошком	1	6	4	76	
200	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	5	8	13	148	
50/30/100	Рыба (горбуша), запеченая с картофелем по-русски	16	11	26	266	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
765	Итого за Обед	32	33	123	924	78-02
	Итого за день	49	57	216	1 582	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)