







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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 04.03.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угледо- ды	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
15	Сыр (порциями)	3	3		36	
210	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	8	8	39	263	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	21	20	114	715	100-00
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
30/180	Плов из птицы	16	19	50	435	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
805	Итого за Обед	33	28	150	972	90-02
	Итого за день	54	48	264	1 687	

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 04.03.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	15-03
225	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	9	9	41	282	27-58
100	Чахохбили	19	18	4	250	45-99
220	Макаронные изделия отварные	8	6	52	290	16-92
70/150	Плов из птицы	24	25	42	496	55-39
200	Чай с лимоном			10	42	5-48
200	Чай с сахаром			10	40	2-66
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-59
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	8-98
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
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	6-76
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	Булочка Ванильная	8	10	59	359	10-34
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 желейный	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
120	Фреш стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	39-02
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
3 477	Итого за Буфет	162	221	686	5 090	

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 04.03.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
30/180	Плов из птицы	16	19	50	435	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
805	Итого за Обед	33	28	150	972	90-02

Уплотненный полдник

15	Сыр (порциями)	3	3		36	
210	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	8	8	39	263	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Уплотненный полдник	21	20	114	715	100-00
	Итого за день	54	48	264	1 687	

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 04.03.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
15	Сыр (порциями)	3	3		36	
210	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	8	9	28	227	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	21	21	93	639	100-00
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
50/50	Птица тушеная	23	26	5	345	
180	Каша рассыпчатая из перловой крупы	6	3	40	213	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
875	Итого за Обед	47	38	137	1 065	90-02
	Итого за день	68	59	230	1 704	

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 04.03.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

Завтрак

190	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	7	7	35	238	
60	Булочка Ванильная	5	8	35	233	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	16	16	103	621	71-09

Обед

250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
30/155	Плов из птицы	14	17	43	386	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	26	25	123	813	79-73
	Итого за день	42	41	226	1 434	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)