

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 05.05.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Обед</u>						
300/5	Борщ на мясном бульоне со сметаной	20	13	14	257	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
200	Говядина тушеная с картофелем	15	17	21	298	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
810	Итого за Обед	44	31	121	950	90-02
<u>Уплотненный полдник</u>						
20	Огурцы свежие				2	
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
210	Макаронные изделия отварные	8	5	49	278	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
555	Итого за Уплотненный полдник	23	18	104	679	100-00
	Итого за день	67	49	225	1 629	

Зав.столовой

(Пальмина Л.И.)

Диспетчер по питанию

(Ахмадиева С.С.)

Бухгалтер-калькулятор

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 Хафизов И.И. (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 05.05.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

20	Огурцы свежие				2	
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
210	Макаронные изделия отварные	8	5	49	278	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
555	Итого за Завтрак	23	18	104	679	100-00

Обед

300/5	Борщ на мясном бульоне со сметаной	20	13	14	257	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
200	Говядина тушеная с картофелем	15	17	21	298	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
810	Итого за Обед	44	31	121	950	90-02
	Итого за день	67	49	225	1 629	

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 05.05.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

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

Завтрак

20	Огурцы свежие				2	
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
210	Макаронные изделия (группа А)	10	6	48	280	
200	Д9 Лимонный чайный напиток				2	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	25	18	92	624	100-00

Обед

300/5	Д9 Борщ на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	20	13	11	246	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
200	Говядина тушеная с картофелем	15	17	21	298	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
810	Итого за Обед	45	31	110	909	90-02
	Итого за день	70	49	202	1 533	

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 05.05.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

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

Обед

230/5	Борщ на мясном бульоне со сметаной	16	10	10	200	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
180	Говядина тушеная с картофелем	14	15	18	266	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	37	26	103	809	79-73

Уплотненный полдник

60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Уплотненный полдник	21	17	91	593	71-09
	Итого за день	58	43	194	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. (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 05.05.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

Завтрак

60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	21	17	91	593	71-09

Обед

230/5	Борщ на мясном бульоне со сметаной	16	10	10	200	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
180	Говядина тушеная с картофелем	14	15	18	266	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	37	26	103	809	79-73
	Итого за день	58	43	194	1 402	

Зав.столовой

Пальмина Л.И. (Пальмина Л.И.)

Диспетчер по питанию

Ахмадиева С.С. (Ахмадиева С.С.)

Бухгалтер-калькулятор

Россомахина Е.С. (Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 05.05.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

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

Буфет

100	Огурцы свежие	1			11	40-39
250/10	Борщ на мясном бульоне со сметаной	17	12	11	226	22-15
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	59-98
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	17-14
200	Говядина тушеная с картофелем	15	17	21	298	53-92
200	Чай с молоком	1	2	12	70	10-32
200	Чай с сахаром			10	40	2-84
200	Чай с лимоном			10	42	6-18
200	Лимонный чайный напиток			14	58	6-07
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	8-89
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	5-30
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	5-12
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	8-43
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	3-98
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
20	Шоколад Аленка	2	7	11	108	24-91
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
250	Компот из вишни			20	86	36-11
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-22
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	16-38

Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная 100г, Вода, Повидло

100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	48-66
3 780	Итого за Буфет	124	173	616	4 400	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)





