





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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 06.02.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

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

Буфет

250/25	Суп картофельный с лапшой домашней* с курицей	14	13	23	259	41-80
250	Суп Любительский	5	6	27	180	14-59
225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом	8	7	42	268	25-44
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	27-25
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	28-32
200	Лимонный чайный напиток			14	58	5-41
200	Чай с лимоном			10	42	5-48
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-59
200	Чай с сахаром			10	40	2-66
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	8-26
15	Гренки из пшеничного хлеба	2		11	56	2-74
50	Ватрушка с повидлом	3	2	33	160	8-10
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	7-56
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	Гребешок из дрожжевого теста	8	4	66	329	16-76

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

200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
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	37-93
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
3 761	Итого за Буфет	140	183	706	4 746	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 06.02.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
200/20	Суп картофельный с лапшой домашней с курицей	11	10	19	206	
50	Ватрушка с повидлом	3	2	33	160	
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	13	85	516	71-09

Обед

250	Суп Любительский	5	6	27	180	
15	Гренки из пшеничного хлеба	2		11	56	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
150	ТК Картофель тушеный	3	13	24	225	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
780	Итого за Обед	25	28	116	819	79-73
	Итого за день	43	41	201	1 335	

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 06.02.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

250/20	Суп картофельный с лапшой домашней* с курицей	13	11	23	242	
50	Ватрушка с повидлом	3	2	33	160	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
585	Итого за Завтрак	21	14	96	585	78-02

Обед

300	Суп Любительский	3	4	16	108	
10	Гренки из пшеничного хлеба	1		8	37	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	Итого за Обед	25	28	118	825	90-02
	Итого за день	46	42	214	1 410	

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 06.02.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

300	Суп Любительский	3	4	16	108	
10	Гренки из пшеничного хлеба	1		8	37	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	Итого за Обед	25	28	118	825	90-02

Уплотненный полдник

250/20	Суп картофельный с лапшой домашней* с курицей	13	11	23	242	
50	Ватрушка с повидлом	3	2	33	160	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
585	Итого за Уплотненный полдник	21	14	96	585	78-02
	Итого за день	46	42	214	1 410	

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 06.02.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

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

Завтрак

250/20	Суп картофельный с лапшой домашней* с курицей	13	11	23	242	
50	Ватрушка с повидлом	3	2	33	160	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
585	Итого за Завтрак	21	14	86	545	78-02

Обед

300	Суп Любительский	3	4	16	108	
10	Гренки из пшеничного хлеба	1		8	37	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
200	Д9 Лимонный чайный напиток				2	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	Итого за Обед	25	28	104	769	90-02
	Итого за день	46	42	190	1 314	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россوماхина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3

(Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 06.02.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

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

Обед

250	Суп Любительский	5	6	27	180	
15	Гренки из пшеничного хлеба	2		11	56	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
150	ТК Картофель тушеный	3	13	24	225	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
780	Итого за Обед	25	28	116	819	79-73

Уплотненный полдник

200/20	Суп картофельный с лапшой домашней с курицей	11	10	19	206	
50	Ватрушка с повидлом	3	2	33	160	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
520	Итого за Уплотненный полдник	18	13	85	516	71-09
	Итого за день	43	41	201	1 335	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)