





Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 10.02.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
250/10	Борщ на мясном бульоне со сметаной	17	12	11	226	20-48
60	Котлеты "Нежные"*	12	9	12	161	67-51
60/40	Котлеты из птицы соусом томатным	9	12	10	191	61-32
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	17-72
195	Пюре из бобовых	19	6	47	321	16-88
200	Говядина тушеная с картофелем	15	17	21	298	50-24
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	78-78
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-59
200	Чай с сахаром			10	40	2-66
200	Чай с лимоном			10	42	5-48
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	8-98
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	4-86
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	4-69
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	3-66
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-34
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	16-54
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло</i>						
250	Компот из вишни			20	86	36-06
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
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
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
120	Фреш стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	37-93
3 956	Итого за Буфет	172	190	701	4 913	

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 10.02.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты "Нежные"*	12	9	12	161	
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	23	15	95	583	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	60	41	198	1 392	

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 10.02.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты "Нежные"*	12	9	12	161	
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	25	16	112	675	78-02

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	69	47	233	1 625	

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 10.02.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев од 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 "Нежные"*	12	9	12	161	
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	23	15	95	583	71-09
	Итого за день	60	41	198	1 392	

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 10.02.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

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

Уплотненный полдник

60	Котлеты "Нежные"*	12	9	12	161	
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Уплотненный полдник	25	16	112	675	78-02
	Итого за день	69	47	233	1 625	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

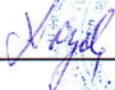
Бухгалтер-калькулятор

_____ (Пальмина Л.И.)

_____ (Ахмадиева С.С.)

_____ (Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 10.02.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияест1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты "Нежные"*	12	9	12	161	
230	Макаронные изделия (группа А)	11	6	52	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	28	16	100	636	78-02

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	73	47	210	1 545	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)