

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3

(Харитонов И.И.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 11.04.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
100	Огурцы свежие	1			11	40-39
100	Салат из свеклы отварной	1	5	9	86	10-34
250	Суп куллама по-деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	16-37
50/40/1 40	Рыба (минтай), запеченная с картофелем по-русски	14	12	35	303	52-11
225	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	9	9	41	282	27-96
180/40	Запеканка из творога со сгущенным молоком	42	13	55	515	96-41
80/200	Плов из птицы	29	31	56	620	59-28
200	Чай с молоком	1	2	12	70	10-32
200	Чай с лимоном			10	42	6-18
200	Чай с сахаром			10	40	2-84
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	12-50
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
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	7-12
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-22
100	Пицца школьная (1-й вариант)	14	10	30	259	48-66
100	Булочка дорожная	7	12	58	366	28-08
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
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
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
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 0,5л					25-50
250	Компот из вишни			20	86	36-11
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
4 234	Итого за Буфет	183	236	768	5 819	

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 11.04.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

Завтрак

30	Свекла отварная			3	13	
30/190	Плов из птицы	16	19	53	453	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	20	20	94	636	71-09

Обед

250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
50/30/100	Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски	13	8	26	225	
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	
755	Итого за Обед	29	26	122	844	79-73
	Итого за день	49	46	216	1 480	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Миниязов И.И.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 11.04.2025, МОАУ СОШ №3, СТ Исмена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
50	Огурцы свежие				6	
30/215	Плов из птицы	17	21	60	501	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
560	Итого за Завтрак	22	23	109	744	100-00
Обед						
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	
805	Итого за Обед	31	28	140	947	90-02
	Итого за день	53	51	249	1 691	

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 11.04.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
50	Огурцы свежие				6	
30/215	Каша гречневая с мясом птицы	19	18	57	466	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
560	Итого за Завтрак	24	19	98	663	100-00
Обед						
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
50/30/1	Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски	13	9	30	256	
20	Чай без сахара (2-й вариант)					
200	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	
60	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
55	Итого за Обед	31	28	130	907	90-02
805	Итого за день	55	47	228	1 570	

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 11.04.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

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

Обед

250	Суп кулама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
50/30/100	Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски	13	8	26	225	
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	
755	Итого за Обед	29	26	122	844	79-73

Уплотненный полдник

30	Свекла отварная			3	13	
30/190	Плов из птицы	16	19	53	453	
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	20	20	94	636	71-09
	Итого за день	49	46	216	1 480	

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 11.04.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
50/30/120	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	
805	Итого за Обед	31	28	140	947	90-02

Уплотненный полдник

50	Огурцы свежие				6	
30/215	Плов из птицы	17	21	60	501	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
560	Итого за Уплотненный полдник	22	23	109	744	100-00
	Итого за день	53	51	249	1 691	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)