






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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 14.01.2025, 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	14-76
225	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	6	7	31	214	26-50
90	Чахохбили	17	16	3	225	39-12
200	Гречка отварная рассыпчатая	8	7	38	245	15-04
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	23-38
200	Рис отварной	5	5	53	281	23-52
200	Чай с сахаром			10	40	2-82
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-75
200	Чай с лимоном			10	42	5-46
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	5-87
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
60	Плюшки московские	5	8	36	237	10-34
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	51-56
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-54
100	Плюшки московские	8	11	61	373	30-34

Мука пшеничная в/с, Дрожжи сухие, Соль поваренная йод, кг, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Молоко, Ванилин, Вода, 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
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
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 "Сочная компания"	1		18	52	41-14
3 181	Итого за Буфет	146	185	665	4 693	

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 14.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
190	Каша "Дружба молочная с маслом сливочным	5	6	26	181	
60	Плюшки московские	5	8	36	237	
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	14	15	95	568	71-09
Обед						
200	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	6	5	16	126	
90	Чахохбили	12	13	6	188	
170	Гречка отварная рассыпчатая	7	6	32	208	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
725	Итого за Обед	30	24	100	809	79-73
	Итого за день	44	39	195	1377	

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 14.01.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
225	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	6	7	31	214	
60	Плюшки московские	5	8	36	237	
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	16	16	107	634	78-02
<u>Обед</u>						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
100	Чахохбили	14	14	6	208	
180	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	34	220	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
825	Итого за Обед	36	28	120	945	90-02
	Итого за день	52	44	227	1 579	

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 14.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Обед</u>						
200	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	6	5	16	126	
90	Чахохбили	12	13	6	188	
170	Гречка отварная рассыпчатая	7	6	32	208	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
725	Итого за Обед	30	24	100	809	79-73
<u>Уплотненный полдник</u>						
190	Каша "Дружба молочная с маслом сливочным	5	6	26	181	
60	Плюшки московские	5	8	36	237	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Уплотненный полдник	14	15	95	568	71-09
	Итого за день	44	39	195	1 377	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)