







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



Утверждаю:
 Минязов Р.Н.

Меню

на 14.11.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Буфет</u>						
100	Салат из капусты белокочанной с морковью	2	10	10	137	7-75
250	Суп Кубанский на курином бульоне	11	7	28	219	11-80
60	Биточки (котлеты) рыбные*	8	5	9	112	61-76
225/5	Рис отварной	6	12	60	372	23-10
100	Гуляш из мяса птицы	10	12	4	166	20-47
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	12-53
60	Котлеты "Нежные"*	11	8	10	160	67-35
205	Картофель тушеный	4	17	34	304	28-71
200	Лимонный чайный напиток			14	58	4-06
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Чай с молоком	1	2	12	70	7-31
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	4-44
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
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	28-90
28	Печенье Шахматное сахарное	2	3	21	117	7-38
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	38-52
100	Булочка домашняя	8	12	63	392	25-53
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Vanan"	2	8	22	172	29-02
50	Печенье батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	33-75
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
32	Пирожное бисквитное НПРО ВО	55	160	560	3 900	16-66
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
120	Фреш стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
3 744	Итого за Буфет	210	391	1 306	9 383	

Зав.столовой _____ (Пальмина Л.И.)
 Диспетчер по питанию _____ (Ахмадиева С.С.)
 Бухгалтер-калькулятор _____ (Россомахина Е.С.)

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 14.11.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60	Биточки (котлеты) рыбные*	8	5	9	112	
190	Рис отварной	5	7	51	287	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	
600	Итого за Завтрак	20	16	103	629	118-17
<u>Обед</u>						
60	Салат из капусты белокочанной с морковью	1	6	6	82	
200	Суп Кубанский на курином бульоне	9	5	23	175	
90	Гуляш из мяса птицы	9	11	4	150	
150	Макаронные изделия отварные	6	4	35	199	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
765	Итого за Обед	30	27	116	903	78-02
	Итого за день	50	43	219	1 532	

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:

Минязов Р.Н.

Меню

на 14.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Биточки (котлеты) рыбные*	8	5	9	112	
225	Рис отварной	6	8	60	339	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	19	14	115	660	76-36
Обед						
60	Салат из капусты белокочанной с морковью	1	6	6	82	
250	Суп Кубанский на курином бульоне	11	7	28	219	
100	Гуляш из мяса птицы	10	12	4	166	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	Итого за Обед	36	31	139	1 054	88-10
	Итого за день	55	45	254	1 714	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

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



Утвержд:
Минязов

Меню

на 14.11.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияест I

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
Завтрак					
60	Биточки (котлеты) рыбные*	8	5	9	112
225	Каша рассыпчатая из перловой крупы	7	4	50	266
200	Чай без сахара (2-й вариант)				
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169
550	Итого за Завтрак	20	10	95	547
Обед					
60	Салат из капусты белокочанной с морковью (без сахара)	1	6	3	71
250	Д9 Суп картофельный с гороховый на курином бульоне	6	6	21	160
100	Гуляш из мяса птицы	10	12	4	166
180	Макаронные изделия (группа А)	8	5	41	240
200	Чай без сахара (2-й вариант)				
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221
875	Итого за Обед	32	30	116	858
	Итого за день	52	40	211	1 405

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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