





Согласовано:
 Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М.
 М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
220/5	Каша молочная из пшеничной крупы "Артек" жидкая с маслом	8	8	41	266	
60	Шанежка наливная	5	8	30	210	
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	18	17	111	659	76-36
Обед						
60	Помидоры свежие	1		2	14	
250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	11	16	236	
30/180	Говядина тушеная с овощами в соусе	12	16	20	274	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло						
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
870	Итого за Обед	42	31	135	985	88-10
	Итого за день	60	48	246	1 644	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

Завтрак

185/5	Каша молочная из пшеничной крупы "Артек" жидкая с маслом	7	7	34	229	
60	Шанежка наливная	5	8	30	210	
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	16	16	97	589	69-57

Обед

60	Помидоры свежие	1		2	14	
200/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	14	9	13	191	
30/150	Говядина тушеная с овощами в соусе	11	15	16	245	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	

Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло

770	Итого за Обед	36	28	117	859	78-02
	Итого за день	52	44	214	1 448	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



Меню

на 16.05.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
60	Помидоры свежие	1		2	14	26-78
100	Салат из моркови припущенной и яблок	1	7	18	125	14-59
250/10	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	12	16	247	17-07
220/5	Каша молочная из пшеничной крупы "Артек" жидкая с маслом	8	8	41	266	17-87
30/180	Говядина тушеная с овощами в соусе	12	16	20	274	52-33
30/200	Жаркое по-домашнему	12	18	28	324	59-01
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	9-06
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	7-87
60	Шанежка наливная	5	8	30	210	7-67
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	6-19
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло</i>						
100	Гребешок из дрожжевого теста	8	4	66	329	13-06
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Дрожжи сухие, Вода, Повидло, Масло растительное</i>						
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
37	Вафли "Джумка"					27-22
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
100	Шанежка наливная	8	9	50	307	15-93
2 847	Итого за Буфет	110	163	559	4 154	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)



Согласовано:
 Директор МОАУ СОШ №3 М.С.С. (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

 Минязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питание 1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
220/5	Д9 Каша молочная из пшеничной крупы "Артек" жидкая с маслом (без сахара)	8	8	38	255	
60	Шанежка наливная	5	8	30	210	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	18	17	98	608	76-36
Обед						
60	Помидоры свежие	1		2	14	
250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	17	11	13	227	
30/180	Говядина тушеная с овощами в соусе	12	16	20	274	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло						
870	Итого за Обед	42	31	122	936	88-10
	Итого за день	60	48	220	1 544	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

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