







Согласовано:

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

Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

250	Суп Любительский	5	6	27	180	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	Картофель, запеченный по-	5	19	42	362	

Картофель свежий, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг

200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
815	Итого за Обед	27	34	136	961	90-02

Уплотненный полдник

250/5/20	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	8	11	17	200	
100	Манник	7	7	54	306	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
120	Яблоко			25	56	
760	Итого за Уплотненный полдник	20	19	136	745	100-00
	Итого за день	47	53	272	1 706	

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 16.05.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

250/5/2 0	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	8	11	17	200	
100	Манник	7	7	54	306	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
120	Яблоко			25	56	
760	Итого за Завтрак	20	19	136	745	100-00

Обед

250	Суп Любительский	5	6	27	180	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	Картофель, запеченный по-	5	19	42	362	

Картофель свежий, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг

200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
815	Итого за Обед	27	34	136	961	90-02
	Итого за день	47	53	272	1 706	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

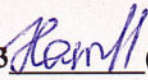
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

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

Завтрак

250/5/20	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	9	11	14	191	
100	Манник	7	7	54	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
120	Яблоко			25	56	
760	Итого за Завтрак	21	19	123	696	100-00

Обед

250	Суп Любительский	5	6	27	180	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
180	Д9 Каша вязкая ячневая с маслом сливочным	4	7	26	185	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
815	Итого за Обед	26	22	109	739	90-02
	Итого за день	47	41	232	1 435	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

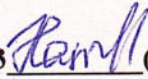
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
200/5/20	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	10	10	13	190	
60	Булочка молочная	6	5	34	184	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
535	Итого за Завтрак	20	16	80	524	71-09
Обед						
200	Суп Любительский	4	5	21	144	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
150	Картофель, запеченный по-	4	16	35	302	
<i>Картофель свежий, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг</i>						
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
715	Итого за Обед	23	30	112	813	79-73
	Итого за день	43	46	192	1 337	

Зав.столовой

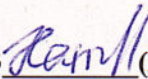
Диспетчер по питанию

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 16.05.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
250/10/ 50	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	16	19	17	302	62-70
300	Суп Любительский	3	4	16	108	19-91
70/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	14	5	4	121	37-25
180	Картофель, запеченный по-	5	19	42	362	52-38
<i>Картофель свежий, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг</i>						
200	Чай с сахаром			10	40	2-84
200	Чай с молоком	1	2	12	70	10-32
200	Чай с лимоном			10	42	6-18
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	12-50
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	3-18
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	5-12
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	5-30
60	Булочка молочная	6	5	34	184	6-54
100	Манник	7	7	54	306	24-42
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
120	Яблоко			25	56	21-42
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-22
100	Шанежка с картофелем	11	10	59	373	36-04
80	SchoolБургер	10	11	19	218	54-60
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
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
3 639	Итого за Буфет	126	199	658	4 728	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 16.05.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

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

Обед

200	Суп Любительский	4	5	21	144	
50/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	10	8	4	131	
150	Картофель, запеченный по-	4	16	35	302	

Картофель свежий, Масло растительное, Соль поваренная йод, кг

200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
715	Итого за Обед	23	30	112	813	79-73

Уплотненный полдник

200/5/20	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	10	10	13	190	
60	Булочка молочная	6	5	34	184	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
535	Итого за Уплотненный полдник	20	16	80	524	71-09
	Итого за день	43	46	192	1 337	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

Пальмина Л.И.

Ахмадиева С.С.

Россомахина Е.С.