





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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 17.05.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
100	Маринад овощной	2	10	13	148	14-89
100	Салат из свеклы с сыром	6	13	7	168	21-40
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	11-58
250/25	Суп куллама по- деревенски с курицей	13	11	16	220	26-10
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	184	20-21
180/5	Картофель отварной с маслом сливочным	4	4	31	178	27-85
70/150	Плов из птицы	22	25	42	479	53-96
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	9-06
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-57
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-10
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	5-93
120	Яблоко			25	56	19-38
200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
60	Кекс Зебра	5	13	31	258	10-35
100	Шанежка с картофелем	11	10	59	373	28-15
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
50	Вафли "Марусино счастье"	2	16	30	270	20-15
3 061	Итого за Буфет	117	193	565	4 461	

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 17.05.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимост ь питания
<u>Завтрак</u>						
60	Маринад овощной	1	6	6	84	
30/30	Птица тушеная	13	13	2	176	
165	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	10	7	44	278	
200	Чай без сахара. (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	29	27	88	707	76-36
<u>Обед</u>						
60	Салат из свеклы с сыром	3	8	4	102	
250	Суп куллара по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	184	
180/5	Картофель отварной с маслом сливочным	4	4	31	178	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
900	Итого за Обед	31	33	117	902	88-10
	Итого за день	60	60	205	1 609	

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 17.05.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
60	Маринад овощной	1	6	8	92	
30/170	Плов из птицы	12	17	47	396	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
510	Итого за Завтрак	17	24	93	658	69-57
<b>Обед</b>						
60	Салат из свеклы с сыром	3	8	4	102	
200	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	5	8	13	148	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	184	
150/5	Картофель отварной с маслом сливочным	3	4	26	154	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
790	Итого за Обед	27	30	106	814	78-02
	Итого за день	44	54	199	1 472	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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