







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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 18.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	<b>Итого за Завтрак</b>	23	18	108	685	<b>76-36</b>
<u>Обед</u>						
250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	7	48	271	
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	
830	<b>Итого за Обед</b>	31	27	129	967	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	54	45	237	1 652	

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 18.11.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

## Завтрак

60	Котлеты из птицы	10	11	8	171
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143
533	Итого за Завтрак	23	24	108	736

## Обед

250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164
90	Курица тушеная	12	11	3	156
150	Рис отварной	4	3	40	200
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
760	Итого за Обед	27	21	107	807
	Итого за день	50	45	215	1 543

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 18.11.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	3	8	18	156	16-71
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	59-87
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	12-53
100	Курица тушеная	13	12	3	173	29-82
225/5	Рис отварной	6	12	60	372	23-10
60/40	Котлеты "Нежные"* с соусом томатным	10	10	12	181	68-56
200	Гречка отварная рассыпчатая	8	7	38	245	11-37
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
200	Чай с молоком	1	2	12	70	7-31
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	4-44
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	6-32
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-76
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-36
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
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	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	13-75

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

15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Waпaп"	2	8	22	172	29-02
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
32	Пирожное бисквитное НРРО ВО	55	160	560	3 900	16-66
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
120	Фреш Стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
50	Печенье сахарное "Школьная шпаргалочка"	4	8	34	220	21-00
3 468	Итого за Буфет	207	364	1 302	9 111	

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 18.11.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия (группа А)	11	6	52	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	<b>Итого за Завтрак</b>	26	18	96	646	<b>76-36</b>
<u>Обед</u>						
250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	7	48	271	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
830	<b>Итого за Обед</b>	31	27	117	839	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	57	45	213	1 485	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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