





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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

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

Буфет

100	Салат из свеклы отварной	1	5	9	86	7-94
230/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	8	121	14-10
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	78-78
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	15-64
70/200	Каша гречневая с мясом птицы	29	26	53	567	53-60
100	Курица тушеная	13	12	3	173	29-05
200	Гречка отварная рассыпчатая	8	7	38	245	15-04
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-75
200	Чай с сахаром			10	40	2-82
200	Чай с лимоном			10	42	5-46
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	5-87
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
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-54
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	51-56
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	16-82

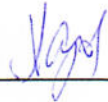
Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло

200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
250	Компот из вишни			20	86	36-21
120	Фреш Стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
4 066	Итого за Буфет	163	200	684	4 986	

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 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	
160	Макаронные изделия отварные	6	6	38	225	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	21	16	88	567	71-09
Обед						
60	Салат из свеклы отварной	1	6	5	78	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	6	5	9	108	
30/150	Каша гречневая с мясом птицы	19	15	40	373	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
760	Итого за Обед	31	27	102	856	79-73
	Итого за день	52	43	190	1 423	

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 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	23	15	105	646	78-02
<u>Обед</u>						
100	Салат из свеклы отварной	1	5	9	86	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	6	5	9	108	
30/170	Каша гречневая с мясом птицы	20	16	45	413	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
840	Итого за Обед	34	27	122	956	90-02
	Итого за день	57	42	227	1 602	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

_____ (Пальмина Л.И.)

_____ (Ахмадиева С.С.)

_____ (Россомахина Е.С.)



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



Утверждаю:

Р.Н. Минязов
 Минязов Р.Н.

Меню

на 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	
200	Макаронные изделия (группа А)	9	5	45	266	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	25	15	93	607	78-02
<u>Обед</u>						
100	Салат из свеклы отварной	1	5	9	86	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	6	5	9	108	
30/170	Каша гречневая с мясом птицы	20	16	45	413	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
840	Итого за Обед	34	27	110	828	90-02
	Итого за день	59	42	203	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 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Обед</u>						
60	Салат из свеклы отварной	1	6	5	78	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	6	5	9	108	
30/150	Каша гречневая с мясом птицы	19	15	40	373	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
760	Итого за Обед	31	27	102	856	79-73
<u>Уплотненный полдник</u>						
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	
160	Макаронные изделия отварные	6	6	38	225	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Уплотненный полдник	21	16	88	567	71-09
	Итого за день	52	43	190	1 423	

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 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Обед</u>						
60	Салат из свеклы отварной	1	6	5	78	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	6	5	9	108	
30/150	Каша гречневая с мясом птицы	19	15	40	373	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
760	Итого за Обед	31	27	102	856	79-73
<u>Уплотненный полдник</u>						
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	
160	Макаронные изделия отварные	6	6	38	225	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Уплотненный полдник	21	16	88	567	71-09
	Итого за день	52	43	190	1 423	

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 20.01.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

100	Салат из свеклы отварной	1	5	9	86	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	6	5	9	108	
30/170	Каша гречневая с мясом птицы	20	16	45	413	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
840	Итого за Обед	34	27	122	956	90-02

Уплотненный полдник

60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Уплотненный полдник	23	15	105	646	78-02
	Итого за день	57	42	227	1 602	

Зав.столовой _____
Диспетчер по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____

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