







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



Утверждаю:

_____ Минязов Р.Н.

Меню

на 20.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
220	Омлет натуральный	21	26	4	336	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
24	Печенье сдобное Веселая сгущенка	1	7	8	66	
120	Яблоко			25	56	
629	Итого за Завтрак	27	34	83	667	76-36
Обед						
60	Салат из свеклы отварной	1	6	5	78	
250/5	Суп из овощей со сметаной	2	6	11	110	
60/40	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	7	11	149	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
890	Итого за Обед	26	25	133	873	88-10
	Итого за день	53	59	216	1 540	

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 20.11.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
180	Омлет натуральный	17	21	3	273	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
24	Печенье сдобное Веселая сгущенка	1	7	8	66	
135	Мандарины	1		10	51	
589	Итого за Завтрак	23	29	59	560	118-17
Обед						
60	Салат из свеклы отварной	1	6	5	78	
205	Суп из овощей со сметаной	2	6	9	99	
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	8	11	146	
150	Макаронные изделия отварные	6	4	35	199	
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	
770	Итого за Обед	23	24	110	748	78-02
	Итого за день	46	53	169	1 308	

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 20.11.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
220	Омлет натуральный	21	26	4	336	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
24	Печенье сдобное Веселая сгущенка	1	7	8	66	
120	Яблоко			25	56	
629	Итого за Завтрак	27	34	67	601	76-36
Обед						
60	Салат из свеклы отварной	1	6	5	78	
250/5	Суп из овощей со сметаной	2	6	11	110	
60/40	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	7	11	149	
180	Макаронные изделия (группа А)	8	5	41	240	
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	
890	Итого за Обед	27	25	121	830	88-10
	Итого за день	54	59	188	1 431	

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 20.11.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
100	Салат из свеклы отварной	1	5	9	86	8-31
250/10	Суп из овощей со сметаной	2	7	11	120	12-94
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	8	11	146	62-83
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	11-27
220/5	Омлет натуральный с маслом	21	30	4	369	54-74
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	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	8-30
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
24	Печенье сдобное Веселая сгущенка	1	7	8	66	7-41
120	Яблоко			25	56	17-34
135	Мандарины	1		10	51	45-90
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	38-52
80	Манник	6	6	43	245	14-48
250	Компот из вишни			20	86	36-21
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
37	Вафли "Джумка"					27-22
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
50	Печенье батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	33-75
32	Пирожное бисквитное HIPPO BO	55	160	560	3 900	16-66
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
120	Фреш стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
3 423	Итого за Буфет	177	326	1 128	7 806	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

 (Пальмина Л.И.)

 (Ахмадиева С.С.)

 (Россомахина Е.С.)