







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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 21.11.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
250/10	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	12	16	247	15-62
225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	8	7	42	268	20-43
70180	Говядина тушеная с овощами в соусе	24	27	19	411	87-18
180/40	Запеканка из творога со сгущенным молоком	42	13	55	515	85-99
80/200	Плов из птицы	29	31	56	620	61-81
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Чай с молоком	1	2	12	70	7-31
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	8-26
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	6-19
60	Ватрушка с повидлом	4	3	40	201	8-18
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
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
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	28-90
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
32	Пирожное бисквитное НИРРО 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 шпиргалочка"	4	8	34	220	21-00
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
250	Компот из вишни			20	86	36-21
74 113	Итого за Буфет	273	373	1 323	9 468	

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 21.11.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	8	7	42	268	
60	Шанежка наливная	5	9	30	219	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	18	17	112	670	76-36

Обед						
250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	11	16	236	
200	Говядина тушеная с овощами в соусе	16	18	20	306	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
800	Итого за Обед	45	33	133	1 003	88-10
	Итого за день	63	50	245	1 673	

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 21.11.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
190	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	7	6	35	226	
60/30	Запеканка из творога со сгущенным молоком	15	6	28	226	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
30	Мармелад жележный	2		22	93	
560	Итого за Завтрак	28	13	118	695	118-17
Обед						
200/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	14	9	13	191	
180	Говядина тушеная с овощами в соусе	14	16	18	275	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
710	Итого за Обед	38	29	117	875	78-02
	Итого за день	66	42	235	1 570	

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 21.11.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
225	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным (без сахара)	9	8	38	254	
60	Шанежка наливная	5	9	30	219	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	19	18	98	616	76-36
Обед						
250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	17	11	13	227	
200	Говядина тушеная с овощами в соусе	16	18	20	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	
800	Итого за Обед	45	33	120	954	88-10
	Итого за день	64	51	218	1 570	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)