



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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 22.05.2025, МОАУ СОШ №3. Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
210	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом	8	7	38	245	22-80
250/10	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	17	12	16	247	25-89
40/150	Говядина тушеная с овощами в соусе	14	18	16	279	64-82
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная	7	6	30	200	18-74
200	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	7	7	36	229	21-86
180/40	Запеканка из творога со сгущенным молоком	42	13	55	515	96-41
200	Чай с лимоном			10	42	6-18
200	Чай с молоком	1	2	12	70	10-32
200	Чай с сахаром			10	40	2-84
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	9-01
60	Булочка Гребешок из дрожжевого теста	5	3	40	200	7-44
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	7-12
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
20	Шоколад Аленка	2	7	11	108	24-91
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	28-90
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
2 655	Итого за Буфет	128	104	432	3 018	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)



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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 22.05.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

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	90-02

Уплотненный полдник

200	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом	7	7	37	239	
60/30	Запеканка из творога со сгущенным молоком	15	6	28	226	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
555	Итого за Уплотненный полдник	27	14	105	648	100-00
	Итого за день	72	47	238	1 651	

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 22.05.2025, МОАУ СОШ №3, СТ Темена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
200	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом	7	7	37	239	
60/30	Запеканка из творога со сгущенным молоком	15	6	28	226	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
555	Итого за Завтрак	27	14	105	648	100-00
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	90-02
	Итого за день	72	47	238	1 651	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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



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



Утверждаю:

Минилов Р.Н.

Меню

на 22.05.2025, 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	7	6	35	226	
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	16	15	104	611	71-09

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	79-73
	Итого за день	54	44	221	1 486	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

Пальмина Л.И.

Ахмадиева С.С.

Россомахина Е.С.



Согласовано
Директор МОАУ СОШ №3 Хан/И (Хафизов И.И.)



Утверждаю:
Миниязов Р.И.

Меню

на 22.05.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питание №1

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	Д9 Запеканка из творога	16	6	24	217	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	30	15	92	614	100-00

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	90-02
	Итого за день	75	48	212	1 568	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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



Одобрено:
Директор МОАУ СОШ №3 Хафизов И.И.



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 22.05.2025, МОАУ СОШ №3, М.л. 2 смена

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

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	79-73

Уплотненный полдник

190	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом	7	6	35	226	
60	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Уплотненный полдник	16	15	104	611	71-09
	Итого за день	54	44	221	1 486	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)





