






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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 25.12.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
30	Свекла отварная			3	13	
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
195	Пюре из бобовых	19	6	47	321	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	34	18	104	714	76-36
<u>Обед</u>						
300/5	Борщ на мясном бульоне со сметаной	20	13	14	257	
25/190	Кулеш (гречка с мясом)	32	22	51	533	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С)			16	67	
200г						
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
815	Итого за Обед	59	36	129	1 088	88-10
	Итого за день	93	54	233	1 802	

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 25.12.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Буфет</u>						
60	Свекла отварная	1		6	27	4-49
250/10	Борщ на мясном бульоне со сметаной	17	12	11	226	15-16
70/180	Гречневая каша с мясом	31	28	48	568	82-03
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	60-01
220	Пюре из бобовых	22	7	53	362	17-02
40/170	Капуста тушеная с мясным фаршем	13	15	12	241	65-50
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
200	Чай с молоком	1	2	12	70	7-53
200	Чай с лимоном			10	42	4-22
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
60	Шанежка с картофелем	7	7	35	229	17-80
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	43-83
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	31-06
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	25-63
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
28	Печенье Шахматное сахарное	2	3	21	117	7-38
3 279	Итого за Буфет	175	192	578	4 648	

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 25.12.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
30	Свекла отварная			3	13	
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
160	Пюре из бобовых	16	5	38	263	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	30	17	87	617	69-57
Обед						
250/5	Борщ на мясном бульоне со сметаной	17	11	11	216	
25/165	Кулеш (гречка с мясом)	29	20	44	474	
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	
710	Итого за Обед	51	31	105	916	78-02
	Итого за день	81	48	192	1 533	

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 25.12.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
30	Свекла отварная			3	13	
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
195	Каша рассыпчатая из перловой крупы	6	4	44	231	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	21	16	91	584	76-36
Обед						
300/5	Д9 Борщ на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	20	13	11	246	
25/190	Кулеш (гречка с мясом)	32	22	51	533	
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	
815	Итого за Обед	59	36	115	1 032	88-10
	Итого за день	80	52	206	1 616	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россوماхина Е.С.)