





Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М.  
М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 26.04.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	
25/30	Гуляш из отварного мяса	8	10	2	126	
150	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	9	7	40	253	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
515	<b>Итого за Завтрак</b>	22	23	85	618	<b>69-57</b>
<u>Обед</u>						
60	Икра морковная	1	6	6	85	
200	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	15	8	16	197	
30/150/ 5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	13	16	30	313	
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	<b>Итого за Обед</b>	34	30	102	821	<b>78-02</b>
	<b>Итого за день</b>	56	53	187	1 439	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М.  
М.)



Утверждаю:  
Минязов Р.Н.

## Меню

на 26.04.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>						
180	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	11	8	48	303	
60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	
25/30	Гуляш из отварного мяса	8	10	2	126	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
560	<b>Итого за Завтрак</b>	25	24	101	707	<b>76-36</b>
<b><u>Обед</u></b>						
60	Икра морковная	1	6	6	85	
250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	18	10	20	246	
30/170/ 5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	14	17	34	340	
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	
810	<b>Итого за Обед</b>	40	34	124	969	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	65	58	225	1 676	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:  
 Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 26.04.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
100	Икра морковная	2	8	10	124	14-60
100	Салат из свеклы с яблоками	1	5	9	86	11-15
250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	18	10	20	246	9-83
50/170/ 5	Макаронник с мясом и маслом	20	22	38	432	79-61
50/50	Гуляш из отварного мяса	16	18	4	239	65-57
30/200	Плов из отварной говядины	14	18	52	432	51-75
200	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	12	9	53	337	13-94
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	9-06
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-57
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-10
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	37-40

*Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод.ке, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.Зл, Томатная паста, Масло растительное*

60	Кекс Зебра	5	13	31	258	10-35
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17		16-83
30	Чоко Пай (Choco Pie)	1	5	19		15-47
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Vanan"	2	8	22	172	29-02
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
250	Компот из смородины и яблок			23	83	30-00
3 407	<b>Итого за Буфет</b>	144	211	613	4 548	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

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

Согласовано:  
 Директор МОАУ СОШ №3 (Сакратова М. М.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 26.04.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
100	Икра морковная	2	8	10	124	14-60
100	Салат из свеклы с яблоками	1	5	9	86	11-15
250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	18	10	20	246	9-83
50/170/5	Макаронник с мясом и маслом	20	22	38	432	79-61
50/50	Гуляш из отварного мяса	16	18	4	239	65-57
30/200	Плов из отварной говядины	14	18	52	432	51-75
200	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	12	9	53	337	13-94
200	Чай с сахаром			10	40	2-16
200	Чай с молоком	1	2	12	70	6-32
200	Чай с лимоном			10	42	3-93
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	9-06
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-57
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-10
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	24-11
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	37-40
<i>Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,3% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.Зл, Томатная паста, Масло растительное</i>						
60	Кекс Зебра	5	13	31	258	10-35
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	30-60
200	Сок 0,2	1		20	92	19-07
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17		16-83
30	Чоко Пай (Choco Pie)	1	5	19		15-47
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
24	Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте)	1	2	18	91	21-42
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
37	Вафли "Джумка"					27-22
35	Батончик "Fun Vanan"	2	8	22	172	29-02
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
250	Компот из смородины и яблок			23	83	30-00
3 407	<b>Итого за Буфет</b>	144	211	613	4 548	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

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