





Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.



Меню

на 27.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	21	17	91	593	71-09
Обед						
250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
90	Курица тушеная	12	11	3	156	
150	Рис отварной	4	4	40	210	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
760	Итого за Обед	27	22	107	817	79-73
	Итого за день	48	39	198	1 410	

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 27.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Обед						
250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
90	Курица тушеная	12	11	3	156	
150	Рис отварной	4	4	40	210	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
760	Итого за Обед	27	22	107	817	79-73
Уплотненный полдник						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Уплотненный полдник	21	17	91	593	71-09
	Итого за день	48	39	198	1 410	

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 27.01.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	23	18	108	685	78-02

Обед

250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	5	48	252	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
830	Итого за Обед	31	25	129	948	90-02
	Итого за день	54	43	237	1 633	

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 27.01.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	5	48	252	
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
830	Итого за Обед	31	25	129	948	90-02

Уплотненный полдник

60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия отварные	8	6	54	305	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Уплотненный полдник	23	18	108	685	78-02
	Итого за день	54	43	237	1 633	

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 27.01.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	
230	Макаронные изделия (группа А)	11	6	52	306	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	Итого за Завтрак	26	18	96	646	78-02
Обед						
250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164	
100	Курица тушеная	13	12	3	173	
180	Рис отварной	5	5	48	252	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
830	Итого за Обед	31	25	117	820	90-02
	Итого за день	57	43	213	1 466	

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 27.01.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------

Буфет

250/10	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	3	8	18	156	25-06
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	60-01
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	15-64
100	Курица тушеная	13	12	3	173	29-05
225/5	Рис отварной	6	12	60	372	30-78
60/40	Котлеты "Нежные" с соусом томатным	12	10	12	181	68-78
200	Гречка отварная рассыпчатая	8	7	38	245	15-04
200	Чай с сахаром			10	40	2-82
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-75
200	Чай с лимоном			10	42	5-46
200	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)			12	128	5-87
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	6-32
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
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-54
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	51-56
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	16-82

Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Повидло

200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
120	Фреш Стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	37-66
120	Фреш Стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
3 951	Итого за Буфет	152	194	732	5 048	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)