





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



Утверждаю:  
 Минязов Р.Н.

# Меню

на 27.04.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

## Буфет

|              |   |    |    |    |     |       |
|--------------|---|----|----|----|-----|-------|
| 100          | Икра морковная  | 2  | 8  | 10 | 124 | 14-60 |
| 250/5/2<br>0 | Рассольник ленинградский со сметаной с птицей               | 11 | 12 | 18 | 226 | 29-95 |
| 250/5        | Рассольник ленинградский со сметаной                        | 6  | 7  | 18 | 164 | 17-49 |
| 220/5        | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная с маслом | 8  | 10 | 33 | 253 | 18-80 |
| 90           | Птица, тушеная в соусе с овощами                            | 15 | 16 | 15 | 270 | 30-21 |
| 180          | Макаронные изделия отварные                                 | 7  | 6  | 43 | 255 | 11-92 |
| 200          | Чай с лимоном   |    |    | 10 | 42  | 3-93  |
| 200          | Чай с сахаром   |    |    | 10 | 40  | 2-16  |
| 200          | Чай с молоком   | 1  | 2  | 12 | 70  | 6-32  |
| 200          | Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г  |    |    | 16 | 67  | 9-06  |
| 50           | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)           | 4  | 1  | 28 | 130 | 4-62  |
| 50           | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)     | 4  | 1  | 23 | 110 | 4-47  |
| 60           | Булочка домашняя  | 5  | 10 | 38 | 257 | 4-78  |

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

|     |  |   |    |    |     |       |
|-----|--|---|----|----|-----|-------|
| 60  | Шанежка с картофелем                         | 7 | 7  | 35 | 229 | 15-45 |
| 200 | Сок 0,2                                      | 1 |    | 20 | 92  | 19-07 |
| 125 | Пюре фруктовое Малышам                       |   |    | 11 | 45  | 30-29 |
| 37  | Вафли "Джумка"                               |   |    |    |     | 27-22 |
| 35  | Батончик "Fun Banan"                         | 2 | 8  | 22 | 172 | 29-02 |
| 15  | Шоколад Аленка                               | 1 | 5  | 8  | 81  | 15-13 |
| 200 | Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте) | 6 | 6  | 18 |     | 40-69 |
| 65  | Мороженное пломбир ванильное                 | 2 | 10 | 13 | 151 | 30-60 |
| 82  | Шоколад Россия                               | 6 | 28 | 44 | 457 | 59-89 |
| 100 | Булочка домашняя                             | 8 | 12 | 63 | 392 | 21-73 |
| 100 | Пирожки печеные с повидлом                   | 6 | 3  | 62 | 291 | 13-80 |

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

*Повидло*

|       |                       |     |     |     |       |       |
|-------|-----------------------|-----|-----|-----|-------|-------|
| 60    | Кекс Зебра            | 5   | 13  | 31  | 258   | 10-35 |
| 3 164 | <b>Итого за Буфет</b> | 107 | 165 | 601 | 4 176 |       |

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 27.04.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

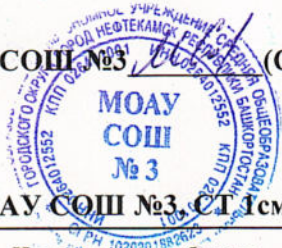
| Выход (г)  | Наименование блюда   | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|--|--|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |       |      |              |                  |                      |
| 220/5  | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная с маслом (без | 8     | 10   | 27           | 231              |                      |
| 60   | Булочка домашняя   | 5     | 10   | 38           | 257              |                      |
| <i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод.кг, Дрожжи сухие, Вода</i> |  |       |      |              |                  |                      |
| 200  | Чай без сахара (2-й вариант)                                     |       |      |              |                  |                      |
| 65   | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)          | 5     | 1    | 30           | 143              |                      |
| 550  | <b>Итого за Завтрак</b>  | 18    | 21   | 95           | 631              | <b>76-36</b>         |
| <b>Обед</b>  |  |       |      |              |                  |                      |
| 60   | Икра морковная (без сахара)                                      | 1     | 5    | 6            | 72               |                      |
| 200/5  | Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной          | 3     | 5    | 15           | 119              |                      |
| 90   | Птица, тушеная в соусе с овощами                                 | 15    | 16   | 15           | 270              |                      |
| 180  | Макаронные изделия (группа А)                                    | 9     | 6    | 43           | 262              |                      |
| 200  | Компот из свежих яблок (без сахара)                              |       |      | 5            | 22               |                      |
| 85   | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)                | 7     | 1    | 47           | 221              |                      |
| 820  | <b>Итого за Обед</b>   | 35    | 33   | 131          | 966              | <b>88-10</b>         |
|  | <b>Итого за день</b>   | 53    | 54   | 226          | 1 597            |                      |

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:

Миниязов Р.Н.

# Меню

на 27.04.2024, МОАУ СОШ №3, С.Т. 1 смена

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

## Завтрак

|       |   |   |    |    |     |  |
|-------|---|---|----|----|-----|--|
| 220/5 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная с маслом | 8 | 10 | 33 | 253 |  |
| 60    | Булочка домашняя  | 5 | 10 | 38 | 257 |  |

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

|     |   |    |    |     |     |              |
|-----|---|----|----|-----|-----|--------------|
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10  | 40  |              |
| 65  | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 30  | 143 |              |
| 550 | <b>Итого за Завтрак</b>                                 | 18 | 21 | 111 | 693 | <b>76-36</b> |

## Обед

|       |  |    |    |     |       |              |
|-------|--|----|----|-----|-------|--------------|
| 60    | Икра морковная   | 1  | 6  | 6   | 85    |              |
| 250/5 | Рассольник ленинградский со сметаной                       | 6  | 7  | 18  | 164   |              |
| 90    | Птица, тушеная в соусе с овощами                           | 15 | 16 | 15  | 270   |              |
| 180   | Макаронные изделия отварные                                | 7  | 6  | 43  | 255   |              |
| 200   | Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г |    |    | 16  | 67    |              |
| 85    | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)          | 7  | 1  | 47  | 221   |              |
| 870   | <b>Итого за Обед</b>                                       | 36 | 36 | 145 | 1 062 | <b>88-10</b> |
|       | <b>Итого за день</b>                                       | 54 | 57 | 256 | 1 755 |              |

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 27.04.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### Завтрак

|       |  |   |    |    |     |  |
|-------|--|---|----|----|-----|--|
| 185/5 | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"<br>жидкая молочная с маслом | 7 | 9  | 28 | 218 |  |
| 60    | Булочка домашняя   | 5 | 10 | 38 | 257 |  |

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

|     |  |    |    |    |     |              |
|-----|--|----|----|----|-----|--------------|
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                                |    |    | 10 | 40  |              |
| 50  | Хлеб ржаной обдирный обогащенный<br>(для детского питания) | 4  | 1  | 23 | 110 |              |
| 500 | <b>Итого за Завтрак</b>                                    | 16 | 20 | 99 | 625 | <b>69-57</b> |

### Обед

|       |  |    |    |     |       |              |
|-------|--|----|----|-----|-------|--------------|
| 60    | Икра морковная   | 1  | 6  | 6   | 85    |              |
| 200/5 | Рассольник ленинградский на<br>курином бульоне со сметаной       | 3  | 5  | 15  | 119   |              |
| 90    | Птица, тушеная в соусе с овощами                                 | 15 | 16 | 15  | 270   |              |
| 150   | Макаронные изделия отварные                                      | 6  | 6  | 36  | 219   |              |
| 200   | Компот из свежих яблок<br>витаминизированный (витамин С)<br>200г |    |    | 16  | 67    |              |
| 65    | Хлеб пшеничный обогащенный (для<br>детского питания)             | 5  | 1  | 36  | 169   |              |
| 770   | <b>Итого за Обед</b>   | 30 | 34 | 124 | 929   | <b>78-02</b> |
|       | <b>Итого за день</b>   | 46 | 54 | 223 | 1 554 |              |

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

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