





Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 Хафизов И.И.

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 28.02.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
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	
835	Итого за Обед	28	36	122	938	90-02

Уплотненный полдник

30	Свекла отварная			3	13	
30/225	Плов из птицы	18	23	63	532	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Уплотненный полдник	23	24	112	754	78-02
	Итого за день	51	60	234	1 692	

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:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 28.02.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

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

Завтрак

30	Свекла отварная			3	13	
30/225	Каша гречневая с мясом птицы	21	20	59	498	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	26	21	98	680	78-02

Обед

250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
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	
835	Итого за Обед	28	36	111	893	90-02
	Итого за день	54	57	209	1 573	

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:
Миниязов Р.Н.

Меню

на 28.02.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

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

Завтрак

30	Свекла отварная			3	13	
30/225	Плов из птицы	18	23	63	532	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	23	24	112	754	78-02

Обед

250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
180	ТК Картофель тушеный	4	15	29	270	
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	
835	Итого за Обед	28	36	122	938	90-02
	Итого за день	51	60	234	1 692	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

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

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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 28.02.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
30	Свекла отварная			3	13	
30/190	Плов из птицы	16	19	53	453	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	20	20	94	636	71-09
Обед						
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	
150	ТК Картофель тушеный	3	13	24	225	
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	
775	Итого за Обед	25	33	103	821	79-73
	Итого за день	45	53	197	1 457	

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 28.02.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
60	Свекла отварная	1		6	27	4-76
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	17-12
250/20	Суп куллама по- деревенски с	12	10	16	202	31-55
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	26-06
205	Картофель тушеный	4	17	34	304	32-12
70/150	Плов из птицы	24	25	42	496	55-39
200	Чай с сахаром			10	40	2-66
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-59
200	Чай с лимоном			10	42	5-48
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С)			16	67	11-57
200г						
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	Сдоба обыкновенная	5	8	36	235	7-42
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-34
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	51-56
100	Булочка домашняя	8	12	63	392	31-88
250	Компот из вишни			20	86	36-06
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
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
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	39-02
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
4 027	Итого за Буфет	154	230	691	5 193	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)