

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



Утверждаю:
Миниязов Р.Н.

Меню

на 30.04.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

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

Обед

250/5	Свекольник со сметаной	2	6	18	139	
30/150	Капуста тушеная с мясным фаршем	10	12	10	195	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамина 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	
700	Итого за Обед	17	18	78	560	79-73

Уплотненный полдник

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 Уплотненный полдник	30	17	87	617	71-09
	Итого за день	47	35	165	1 177	

Зав.столовой _____ (Пальмина Л.И.)
Диспетчер по питанию _____ (Ахмадиева С.С.)
Бухгалтер-калькулятор  _____ (Россомахина Е.С.)

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 30.04.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

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

Обед

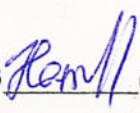
300/5	Свекольник со сметаной	3	7	21	164	
30/170	Капуста тушеная с мясным фаршем	13	15	12	241	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
800	Итого за Обед	23	23	97	703	90-02

Уплотненный полдник

60	Гуляш из мяса птицы	6	7	2	91	
225	Пюре картофельное	5	5	33	201	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Уплотненный полдник	16	13	95	561	100-00
	Итого за день	39	36	192	1 264	

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 30.04.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углерод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Гуляш из мяса птицы	6	7	2	91	
225	Пюре картофельное	5	5	33	201	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	16	13	95	561	100-00
Обед						
300/5	Свекольник со сметаной	3	7	21	164	
30/170	Капуста тушеная с мясным фаршем	13	15	12	241	
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	
800	Итого за Обед	23	23	97	703	90-02
	Итого за день	39	36	192	1 264	

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 30.04.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
60	Свекла отварная	1		6	27	6-12
250/10	Свекольник со сметаной	3	7	18	149	26-40
100	Гуляш из мяса птицы	10	11	3	152	21-85
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	59-98
210	Пюре из бобовых с маслом	21	9	50	364	23-30
225	Пюре картофельное	5	5	33	201	38-80
40/170	Капуста тушеная с мясным фаршем	13	15	12	241	69-67
200	Чай с сахаром			10	40	2-84
200	Чай с молоком	1	2	12	70	10-32
200	Чай с лимоном			10	42	6-18
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	12-50
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	8-89
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	4-10
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	5-83
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	36-22
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	48-66
100	Шанежка с картофелем	11	10	59	373	36-04
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
20	Шоколад Аленка	2	7	11	108	24-91
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	68-01
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
250	Компот из вишни			20	86	36-11
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
4 024	Итого за Буфет	137	201	639	4 815	

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:

Минязов Р.Н.



Меню

на 30.04.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
60	Гуляш из мяса птицы	6	7	2	91	
225	Пюре картофельное	5	5	33	201	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	17	13	87	531	100-00
Обед						
300/5	Свекольник со сметаной (без сахара)	3	7	19	154	
30/170	Капуста тушеная с мясным фаршем	13	15	12	241	
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	
800	Итого за Обед	23	23	84	648	90-02
	Итого за день	40	36	171	1 179	

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 30.04.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

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

Завтрак

30	Свекла отварная			3	13	
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	71-09

Обед

250/5	Свекольник со сметаной	2	6	18	139	
30/150	Капуста тушеная с мясным фаршем	10	12	10	195	
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	
700	Итого за Обед	17	18	78	560	79-73
	Итого за день	47	35	165	1 177	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)





