





Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ №3



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 04.12.2024, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
210/5	Запеканка картофельная с мясом и маслом	12	23	41	416	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
125	Яблоко	1	1	26	59	
605	Итого за Завтрак	18	25	113	684	<b>76-36</b>
<u>Обед</u>						
300/5	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	19	13	14	252	
200	Плов из отварной говядины	22	21	47	463	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
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	48	35	123	1 004	<b>88-10</b>
	Итого за день	66	60	236	1 688	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ №3



Утверждаю:  
Минязов Р.Н.

на 04.12.2024, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена

# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
180/5	Запеканка картофельная с мясом и маслом	10	20	35	361	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
125	Яблоко	1	1	26	59	
560	<b>Итого за Завтрак</b>	15	22	99	590	<b>118-17</b>
<u>Обед</u>						
250/5	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	16	11	12	211	
180	Плов из отварной говядины	20	19	42	424	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
700	<b>Итого за Обед</b>	41	30	102	852	<b>78-02</b>
	<b>Итого за день</b>	56	52	201	1 442	

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 04.12.2024, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
210/5	Запеканка картофельная с мясом и маслом	12	23	41	416	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
125	Яблоко	1	1	26	59	
605	<b>Итого за Завтрак</b>	18	25	103	644	<b>76-36</b>
<b>Обед</b>						
300/5	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	19	13	14	252	
25/190	Кулеш (гречка с мясом)	32	22	51	533	
200	Д9 Лимонный чайный напиток				2	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
815	<b>Итого за Обед</b>	58	36	113	1 018	<b>88-10</b>
	<b>Итого за день</b>	76	61	216	1 662	

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 04.12.2024, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
250/10	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	16	12	12	222	13-19
210/5	Запеканка картофельная с мясом и маслом	12	23	41	416	73-58
40/170	Плов из отварной говядины	16	19	44	418	58-97
200/5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	14	17	36	355	45-42
200	Чай с сахаром			10	40	2-18
200	Лимонный чайный напиток			14	58	4-06
200	Чай с лимоном			10	42	4-08
200	Чай с молоком	1	2	12	70	7-31
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	4-69
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	4-86
120	Яблоко			25	56	17-34
200	Сок 0,2	1		20	92	23-22
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		40-69
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	23-31
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	33-75
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
32	Пирожное бисквитное НИРРО ВО	55	160	560	3 900	16-66
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
120	Фреш стаканчик "Сочная"	1		18	52	41-14
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	30-63
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	38-52
100	Гребешок из дрожжевого теста	8	4	66	329	9-83
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Дрожжи сухие, Вода, Повидло, Масло растительное</i>						
22,5	Пастила фруктовая без сахара					18-19
3 656	<b>Итого за Буфет</b>	203	359	1 227	8 627	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

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