

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»  
Н.В.Цеглюк



### МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/200	233	105
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/200	115	393
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Каша рисовая молочная	1/200	233	105
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/200	115	393
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»  
Н.В.Цеглюк



### МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/150	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	89	393
<b>Итого</b>	1/200	120	б/н
		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Каша рисовая молочная	1/150	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	89	393
<b>Итого</b>	1/200	120	б/н
		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»  
Н.В.Щеглюк



### МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/200	233	105
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/200	115	393
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп гречневый с курицей	1/130	96	204
Плов с курицей	1/80	165	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»  
Н.В.Щеглюк

### МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/150	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	89	393
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп гречневый с курицей	1/130	96	204
Плов с курицей	1/80	165	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор



Утверждаю  
 Директор МБОУ «СОШ №3»  
 Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 29 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/160	125	170
Ленивый голубец	1/100	193	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	84	1081
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/160	88,08	170
Ленивый голубец	1/100	183	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Чай с сахаром	1/200	114,04	1081
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю  
 Директор МБОУ «СОШ №3»  
 Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 29 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/130	125	170
Ленивый голубец	1/80	183	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	84	1081
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/150	88,08	170
Ленивый голубец	1/80	183	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Чай с сахаром	1/200	114,04	1081
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 29 » Ноября 2022г.

**МЕНЮ**

на « 29 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/160	125	170	
Ленивый голубец	1/100	193	34	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с сахаром	1/200	84	1081	
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей			
<b>Обед</b>				
Суп рисовый с курицей	1/100	71,62	449	
Тушеная картошка	1/100	168	18	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н	
Чай с сахаром	1/200	79,26	391	
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей			
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/130	125	170	
Ленивый голубец	1/80	183	34	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с сахаром	1/200	84	1081	
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н	
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей			
<b>Обед</b>				
Суп рисовый с курицей	1/100	71,62	449	
Тушеная картошка	1/100	168	18	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н	
Чай с сахаром	1/200	79,26	391	
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей			
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор





# МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Суп гороховый с курицей	1/200	160	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из свежих ягод	1/200	114	1081
Печенье	1/20	124	1081
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп гороховый с курицей	1/200	160	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из свежих ягод	1/200	114	1081
Печенье	1/20	124	1081
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

# МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Суп гороховый с курицей	1/180	148	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081
Молоко 3,2% индивидуальная упаковка	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп гороховый с курицей	1/180	148	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081
Молоко 3,2% индивидуальная упаковка	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 30 » Ноября

2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Суп гороховый с курицей	1/200	160	170	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Компот из свежих ягод	1/200	114	1081	
Печенье	1/20	124	1081	
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей			
<b>Обед</b>				
Суп рисовый с курицей	1/100	71	449	
Овощное рагу	1/100	168	18	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Чай с сахаром	1/200	84	391	
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей			
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 30 » Ноября

2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Суп гороховый с курицей	1/180	148	170	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081	
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	б/н	
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей			
<b>Обед</b>				
Суп рисовый с курицей	1/100	71	449	
Овощное рагу	1/100	168	18	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Чай с сахаром	1/200	84	391	
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей			
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор



Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»  
Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 01 » Декабря 2022г

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	161	378
Тефтеля рыбная	1/60	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	1081
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Борщ «Украинский» с курицей	1/140	105	140
Макароны отварные	1/80	125	378
Тефтеля рыбная	1/40	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»  
Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 01 » Декабря 2022г

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/80	151	378
Тефтеля рыбная	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Борщ Украинский с курицей	1/180	135	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 01 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макароны отварные	1/100	161	378
Тефтеля рыбная	1/60	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	83	1081
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп «Сайровый»	1/200	113	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/200	114	393
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор



**МЕНЮ**

на « 01 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макароны отварные	1/80	151	378
Тефтеля рыбная	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп «Сайровый»	1/200	113	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/200	114	393
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 02 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Вареники с картошкой отварные	1/160	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Напиток из свежих ягод	1/200	83	393
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/130	120	76
Вареники с картошкой отварные	1/110	230	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 02 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Вареники с картошкой отварные	1/130	248	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
<b>Итого</b>	1/200	120	б/н
		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/100	92	76
Вареники с картошкой отварные	1/90	204	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	84	393
<b>Итого</b>	1/200	120	б/н
		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Вареники с картошкой отварные	1/160	266	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Напиток из свежих ягод	1/200	83	393	
<b>Итого</b>				Цена 85.00 рублей
<b>Обед</b>				
Суп вермишелевый с курицей	1/150	120	87	
Тушеная капуста	1/80	268	25	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Чай с лимоном	1/200	83	393	
<b>Итого</b>				Цена 55.00 рублей
<b>Итого</b>				Цена 140.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Вареники с картошкой отварные	1/130	248,51	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	б/н	
Чай с лимоном	1/200	83,04	393	
<b>Итого</b>				Цена 85.00 рублей
<b>Обед</b>				
Суп вермишелевый с курицей	1/150	120	87	
Тушеная капуста	1/80	268	25	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Чай с лимоном	1/200	83	393	
<b>Итого</b>				Цена 55.00 рублей
<b>Итого</b>				Цена 140.00 рублей

Повар

Калькулятор