

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 23 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Пельмени отварные с маслом	1/150	350	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
<b>Итого</b>	Цена 85,00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/150	106	76
Макаронны отварные с тушенкой	1/80	183	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 55,00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140,00 рублей		

Повар  
Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 23 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Пельмени отварные с маслом	1/120	280	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>	Цена 85,00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/150	106	76
Макаронны отварные с тушенкой	1/80	183	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 55,00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140,00 рублей		

Повар  
калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

**МЕНЮ**

на « 19 » Декабря 2022г.



**Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы**  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша молочная манная	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>Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы</b> (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Каша молочная манная	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.Щеглюк

**МЕНЮ**

на « 19 » Декабря 2022г.



**Бесплатное питание Детей 1-4 классы**  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша молочная с вермишелью	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>Бесплатное питание Детей 1-4 классы</b> (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Каша молочная с вермишелью	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			

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 19 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей инвалидов 5-11 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная манная	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	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



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 19 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей инвалидов 1-4 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная с вермишелью	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	6/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.Щербаков



**МЕНЮ**

на « 20 » Декабря 2022г.

**Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы**  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Картофельное пюре	1/150	225,0	449
Тушеная капуста	1/100	135	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	162,8	97
<b>Итого</b>	Цена 85,00 рублей		
<b>Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы</b> (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/130	95,3	206
Овощное рагу	1/120	200	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	162,8	97
<b>Итого</b>	Цена 85,00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щербаков



**МЕНЮ**

на « 20 » Декабря 2022г.

**Бесплатное питание детей 1-4 классы**  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Картофельное пюре	1/100	165,0	449
Тушеная капуста	1/70	100	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	83	97
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 85,00 рублей		
<b>Бесплатное питание детей 1-4 классы</b> (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/100	80	206
Овощное рагу	1/100	150	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	83	391
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 « 20 » Декабря

2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Картофельное пюре	1/150	225,0	449
Тушеная капуста	1/100	135	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	162,8	97
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/150	128	206
Овощное рагу	1/80	55	10
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 20 » Декабря

2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Картофельное пюре	1/100	165,0	449
Тушеная капуста	1/70	100	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	83	97
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/150	128	206
Овощное рагу	1/80	55	10
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калыкулятор

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



**МЕНЮ**

на « 21 » Декабря 2022г.

**Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)**

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Салат «Витаминный»	1/80	125	21
Макаронны отварные с тушенкой	1/120	210	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	81	393
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/170	138	170
Макаронны отварные с тушенкой	1/120	210	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	81	393
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		

Повар

Калькулятор

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



**МЕНЮ**

на « 21 » Декабря 2022г.

**Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)**

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Салат «Витаминный»	1/60	110	21
Макаронны отварные с тушенкой	1/80	183	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/150	148	170
Макаронны отварные с тушенкой	1/80	183	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	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.Цеглюк



### МЕНЮ

на « 21 » Декабря

2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей инвалидов 5-11 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Салат «Витаминный»	1/80	125	21
Макароньы отварные с тушенкой	1/120	210	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	81	393
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/100	89	449
Тушеная картошка	1/100	168	18
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
Повар			
Калькулятор			
Цена 140.00 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк



### МЕНЮ

на « 21 » Декабря

2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей инвалидов 1-4 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Салат «Витаминный»	1/60	110	21
Макароньы отварные с тушенкой	1/80	183	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
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	89	449
Тушеная картошка	1/100	168	18
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
Повар			
Калькулятор			
Цена 140.00 рублей			

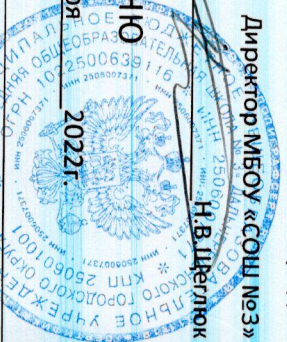
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 22 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая отварная	1/100	151	378
Тефтели мясная с рисом	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	108.1
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 85,00 рублей			

Бесплатное питание детей 1-4 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/100	75	140
Каша гречневая отварная	1/50	74	378
Тефтели мясная с рисом	1/40	98	286
Соус красный основной	1/30	18	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			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 22 » Декабря



Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая отварная	1/120	167	378
Котлета мясная	1/50	126	282
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	97
<b>Итого</b>			
Цена 85,00 рублей			

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/120	98	140
Каша гречневая отварная	1/80	124	378
Котлета мясная	1/50	126	282
Соус красный основной	1/20	18	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 « 22 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей инвалидов 5-11 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая отварная	1/120	167	378
Котлета мясная	1/50	126	282
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	97
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп гороховый с курицей	1/200	113	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	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 « 22 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей инвалидов 1-4 классы

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая отварная	1/100	151	378
Тефтели мясная с рисом	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	1081
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп гороховый с курицей	1/200	113	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	393
<b>Итого</b>		Цена 55.00 рублей	
<b>Итого</b>		Цена 140.00 рублей	

Повар

Калькулятор

## МЕНЮ

на « 23 » Декабря

2022г.г.г.г.

Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные с маслом	1/150	350	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы  
(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Обед			
Суп вермишелевый с курицей	1/110	102	149
Пельмени отварные с маслом	1/130	290	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

## МЕНЮ

на « 23 » Декабря

2022г.г.г.г.

Бесплатное питание Детей 1-4 классы  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные с маслом	1/120	280	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% индивиду.упаковка	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Бесплатное питание Детей 1-4 классы  
(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Обед			
Суп вермишелевый с курицей	1/100	93	149
Пельмени отварные с маслом	1/80	210	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% индивиду.упаковка	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор