



МЕНЮ

на « 12 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
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	
Итого				Цена 85.00 рублей
Обед				
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	
Итого				Цена 55.00 рублей
Итого				Цена 140.00 рублей

Повар
Калькулятор



МЕНЮ

на « 12 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Каша рисовая молочная	1/150	206	105	
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125	
Чай с лимоном	1/200	89	393	
Итого				Цена 85.00 рублей
Обед				
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	
Итого				Цена 55.00 рублей
Итого				Цена 140.00 рублей

Повар
Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 12 » Декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
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
Итого			
Цена 85.00 рублей			

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

Обед			
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
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 12 » Декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/150	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	89	393
Итого			
Цена 85.00 рублей			

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

Обед			
Каша рисовая молочная	1/150	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	89	393
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 13 » Декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/160	193	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	84	1081
Печенье «Сахарное»	1/20	85	6/н
Итого			

Цена 85.00 рублей

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

Обед			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/140	158	170
Ленивый голубец	1/100	183	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	84	1081
Итого			

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 13 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/130	183	34
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	84	1081
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
Итого			

Цена 85.00 рублей

Бесплатное питание детей 1-4 классы
(2 смена)

Обед			
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/130	110	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
Итого			

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Ленивый голубец	1/160	193	34	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Компот из сухофруктов	1/200	84	1081	
Печенье «Сахарное»	1/20	85	6/н	
Итого	Цена 85.00 рублей			
Обед				
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	
Итого	Цена 55.00 рублей			
Итого	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Ленивый голубец	1/130	183	34	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Компот из сухофруктов	1/200	84	1081	
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н	
Итого	Цена 85.00 рублей			
Обед				
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	
Итого	Цена 55.00 рублей			
Итого	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп гороховый с курицей	1/200	160	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из свежих ягод	1/200	114	1081
Печенье	1/20	124	1081
Итого		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/200	160	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из свежих ягод	1/200	114	1081
Печенье	1/20	124	1081
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп гороховый с курицей	1/180	148	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081
Молоко 3,2% индивиду.упаковка	1/200	120	6/н
Итого		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/180	148	170
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081
Молоко 3,2% индивиду.упаковка	1/200	120	6/н
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
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
Итого			Цена 85.00 рублей
Обед			
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
Итого			Цена 55.00 рублей
Итого			Цена 140.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
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
Итого			Цена 85.00 рублей
Обед			
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
Итого			Цена 55.00 рублей
Итого			Цена 140.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 15 » 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
Итого		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
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 15 » 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
Итого		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
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 15 » Декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	161	378
Тефтели рыбная	1/60	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	83	1081
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	113	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	114	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 15 » Декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/80	151	378
Тефтели 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
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	113	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	114	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 16 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Вареники с картошкой отварные	1/160	266	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Компот из сухофруктов	1/200	83	393	
Итого		Цена 85.00 рублей		
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)				
Обед				
Суп вермишелевый с курицей	1/130	120	76	
Вареники с картошкой отварные	1/110	230	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с лимоном	1/200	83	393	
Итого		Цена 85.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 16 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Вареники с картошкой отварные	1/130	248	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с лимоном	1/200	83	393	
Итого	1/200	120	6/н	Цена 85.00 рублей
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)				
Обед				
Суп вермишелевый с курицей	1/100	92	76	
Вареники с картошкой отварные	1/90	204	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с сахаром	1/200	84	393	
Итого	1/200	120	6/н	Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 16 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой отварные	1/160	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	83	393
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Свекольник с курицей	1/150	120	87
Тушеная капуста	1/80	268	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 16 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой отварные	1/130	248,51	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	66,17	6/н
Чай с лимоном	1/200	83,04	393
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Свекольник с курицей	1/150	120	87
Тушеная капуста	1/80	268	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор