

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 05 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(1 смена)

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	

Бесплатное питание детей льготной категории 1-4 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<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 « 05 » Декабря 2022г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы

(1 смена)

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

Бесплатное питание детей 1-4 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Обед</b>			
Каша молочная манная	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 « 05 » Декабря 2022

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 « 05 » Декабря 2022

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная манная	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. Щеглюк

МЕНЮ

на « 06 » Декабря

2022г.



Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Овощное рагу	1/160	225,0	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	162,8	97
Печенье «Сахарное»	1/20	103	б/н
<b>Итого</b>			

Цена 85.00 рублей

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<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. Щеглюк

МЕНЮ

на « 06 » Декабря

2022г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Овощное рагу	1/120	165,0	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	83	97
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>			

Цена 85.00 рублей

Бесплатное питание детей 1-4 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<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	б/н
<b>Итого</b>			

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

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



**МЕНЮ**

на « 06 » декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Овощное рагу	1/160	225,0	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
чай с лимоном	1/200	162,8	97
Печенье «Сахарное»	1/20	103	б/н
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/150	128	206
Тушеная капуста	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  
 Калькулятор

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



**МЕНЮ**

на « 06 » декабря 2022г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Овощное рагу	1/120	165,0	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
чай с лимоном	1/200	83	97
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп рисовый с курицей	1/150	128	206
Тушеная капуста	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  
 Калькулятор



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



**МЕНЮ**

на « 07 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Салат «Витаминный»	1/80	125	21	
Макароны 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
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)				
<b>Обед</b>				
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/170	138	170	
Макароны 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.Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 07 » Декабря 2022г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
<b>Завтрак</b>				
Салат «Витаминный»	1/60	110	21	
Макароны 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
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)				
<b>Обед</b>				
Рассольник «Ленинградский» с курицей	1/150	148	170	
Макароны 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.Щеглюк

**МЕНЮ**

на « 07 » 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	
Макароны отварные с тушенкой	1/120	210	34	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/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	б/н	
Чай с сахаром	1/200	83	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 « 07 » 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	
Макароны отварные с тушенкой	1/80	183	34	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Чай с сахаром	1/200	89	391	
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	89	449	
Тушеная картошка	1/100	168	18	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н	
Чай с сахаром	1/200	83	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 « 08 » Декабря

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
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	б/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)			
<b>Обед</b>			
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	б/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 « 08 » Декабря

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
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	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	1081
Молоко 3,2% (тетрапак)	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	1/100	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	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

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



**МЕНЮ**

на « 08 » 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	б/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	б/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 « 08 » 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	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	1081
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/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	б/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 « 09 » Декабря

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Пельмени отварные с маслом	1/150	350	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/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)			
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/110	102	149
Пельмени отварные с маслом	1/130	290	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



**МЕНЮ**

на « 09 » Декабря

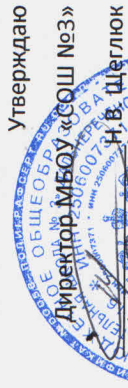
Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Пельмени отварные с маслом	1/120	280	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/100	93	149
Пельмени отварные с маслом	1/80	210	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Утверждаю



**МЕНЮ**

**МЕНЮ**

на « 09 » Декабря 2022г

на « 09 » Декабрь 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	б/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
Макароны отварные с тушенкой	1/80	183	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	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>			
Пельмени отварные с маслом	1/120	280	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>	Цена 85.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп вермишелевый с курицей	1/150	106	76
Макароны отварные с тушенкой	1/80	183	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 55.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор