

Утверждаю

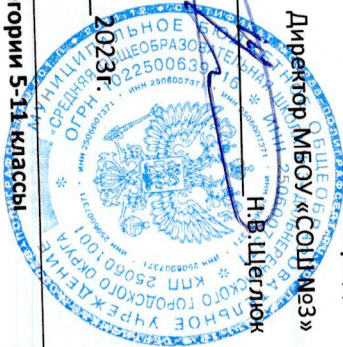
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 30 » Января

2023г.



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			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/150	145	15
Рис с овощами	1/100	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/200	115	393
Итого Цена 85.00 рублей			

Повар

Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 30 » Января

2023г.



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
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/130	206	105
Макаронны с тушенкой	1/70	152	125
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого Цена 85.00 рублей			

Повар

Калыкулятор

МЕНЮ
на « 30 » Января 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 картофельный с яичными хлопьями	1/130	145	15
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 « 30 » Января 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
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/130	145	15
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.Церглюк

МЕНЮ

на « 31 » Января 2023г.



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
Чай с сахаром	1/200	114	1081
Сок (тетрапак)	1/200	124	
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
Чай с сахаром	1/200	114	1081
Сок (тетрапак)	1/200	124	
Итого Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

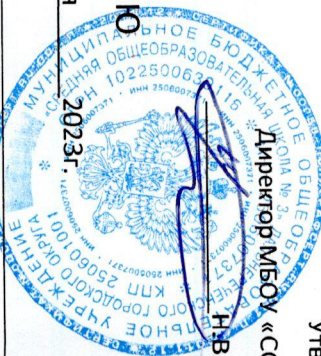
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церглюк

МЕНЮ

на « 31 » Января 2023г.



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 « 31 » Января 2023г.



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	6/н
Чай с сахаром	1/200	114	1081
Сок (тетрапак)	1/200	124	6/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Салат «Витаминный»	1/100	71	449
Овощное рагу	1/100	168	18
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/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 « 31 » Января 2023г.



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	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	114	1081
Молоко 3,2% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Салат «Витаминный»	1/100	71	449
Овощное рагу	1/100	168	18
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/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 « 01 » февраля

2023г.



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
Напиток из свежих ягод	1/200	84	97

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

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

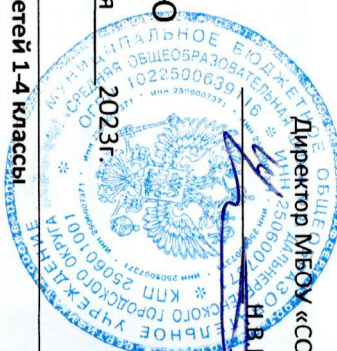
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 01 » февраля

2023г.



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

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

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 01 » февраля

2023г.



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
Напиток из свежих ягод	1/200	84	97
Итого Цена 85.00 рублей			
Обед			
Суп рисовый с курицей	1/100	71	449
Тушеная картошка	1/100	168	18
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/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.Цеглюк

МЕНЮ

на « 01 » февраля

2023г.



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	449
Тушеная картошка	1/100	168	18
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/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 « 02 » февраля 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны 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	84	1081
Итого		Цена 85,00 рублей	

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

Обед			
Борщ «Украинский» с курицей	1/140	123	140
Макаронны отварные	1/80	124	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	84	391
Итого		Цена 85,00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 02 » февраля 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны 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	84	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого		Цена 85,00 рублей	

Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)

Обед			
Борщ Украинский с курицей	1/180	158	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
Итого		Цена 85,00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

МЕНЮ

на « 02 » февраля 2023г.



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	114	1081
Цена 85.00 рублей			
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
Цена 55.00 рублей			
Итого			
Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

МЕНЮ

на « 02 » февраля 2023г.



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	84	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Цена 85.00 рублей			
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	83	393
Цена 55.00 рублей			
Итого			
Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 03 » февраля

2023г.



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	97
Итого			
Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
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	393
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 03 » февраля

2023г.



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% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
Итого			
Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
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% индивид.упаковка	1/200	120	6/н
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 03 » февраля 2023г.

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

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	97
Итого Цена 85.00 рублей			
Обед			
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	393
Итого Цена 55.00 рублей			
Итого Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 03 » февраля 2023г.

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

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	393
Итого Цена 85.00 рублей			
Обед			
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	393
Итого Цена 55.00 рублей			
Итого Цена 140.00 рублей			

Повар

калькулятор