

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

И.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 28 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/200	246	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	115	376
Салат из капусты с морковью	1/60	30	54-8з
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/250	189	96
Пюре картофельное	1/100	210	312
Котлета геркулесовая с соусом	1/130	165	123
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	116	376
Итого		Цена 176.72 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

И.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 28 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/160	226	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	115	376
Салат из капусты с морковью	1/60	30	54-8з
Обед			
Суп гороховый с курицей	1/180	156	96
Макаронны отварные	1/100	210	312
Котлета геркулесовая с соусом	1/130	153	123
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	116	376
Итого		Цена 156.71 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 27 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/250	268	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с сахаром	1/250	115	376
Обед			
Суп из рыбных консервов	1/250	176	170
Макароны отварные	1/130	359	309
Тефтеля рыбная с соусом	1/130	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с сахаром	1/250	116	376
Итого			Цена 176.72 рублей

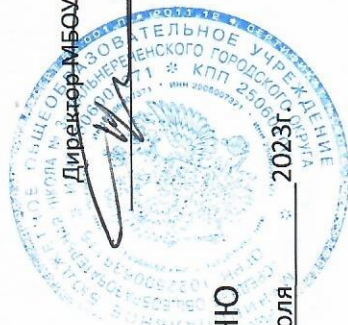
Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 27 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/200	236	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с сахаром	1/250	115	376
Обед			
Суп из рыбных консервов	1/200	126	170
Макароны отварные	1/100	336	200
Тефтеля рыбная с соусом	1/130	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с сахаром	1/250	116	376
Итого			Цена 156.71 рублей

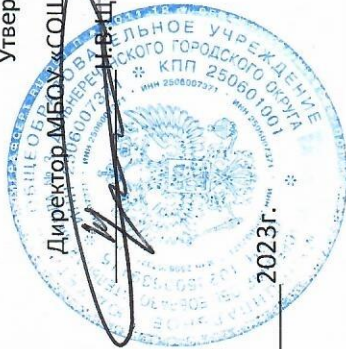
Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

И.В. Цеглюк



МЕНЮ

на « 26 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Овощное рагу	1/250	233	54-9г	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н	
Чай с сахаром	1/250	115	3	
Обед				
Борщ с курицей	1/250	156	170	
Каша гречневая отварная	1/140	210	200	
Курица тушеная с соусом	1/90	130	12	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н	
Чай с сахаром	1/250	116	376	
Итого				Цена 176.72 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

И.В. Цеглюк



МЕНЮ

на « 26 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Овощное рагу	1/210	206	105	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н	
Чай с сахаром	1/250	115	393	
Обед				
Борщ с курицей	1/200	80,07	170	
Каша гречневая отварная	1/100	210	200	
Курица тушеная с соусом	1/90	130	12	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н	
Чай с сахаром	1/250	116	376	
Итого				Цена 156.71 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 25 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/250	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с лимоном	1/250	115	377
Обед			
Суп вермишелевый	1/250	156	111
Макароны отварные	1/150	210	200
Наггетсы с соусом	1/90		
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Компот из сухофруктов	1/250	116	1081
Огурец свежий в нарезке	1/60	110	54-23
Итого			Цена 176.72 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 25 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/200	206	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с лимоном	1/250	89	377
Обед			
Суп вермишелевый	1/220	80,07	111
Макароны отварные	1/110	210	200
Наггетсы с соусом	1/90		
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Компот из сухофруктов	1/250	116	1081
Огурец свежий в нарезке	1/60	110	54-23
Итого			Цена 156.71 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 24 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Каша рисовая молочная	1/250	233	168	
Бутерброд с маслом	1/40	193	3	
Чай с лимоном	1/250	125	377	
Обед				
Суп гречневый с курицей	1/200	198	107	
Каша рисовая отварная	1/100	210	304	
Куриные палочки с соусом	1/80	130	12	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н	
Чай с сахаром	1/200	116	376	
Помидор свежий в нарезке	1/60	30	б/н	
Итого				Цена 176.72 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 24 » Июля 2023г.

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)				
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Каша рисовая молочная	1/210	206	168	
Бутерброд с маслом	1/40	193	3	
Чай с лимоном	1/250	125	377	
Обед				
Суп гречневый с курицей	1/150	162	107	
Каша рисовая отварная	1/100	140	304	
Куриные палочки с соусом	1/80	130	12	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н	
Чай с сахаром	1/200	116	376	
Помидор свежий в нарезке	1/60	30	54-3з	
Итого				Цена 156.71 рублей

Повар

Калькулятор