



МЕНЮ

на « 18 » Сентября

на « 18 » Сентября

МЕНЮ

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная 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 с рыбными консервами	1/180	145	15
Макароны	1/100	233	105
Наггетсы с соусом	1/70	168	2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/250	115	393
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

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	б/н
Итого		Цена 85.00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп с рыбными консервами	1/150	206	105
Макароны	1/60	152	125
Наггетсы с соусом	1/70	100	2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/250	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого		Цена 85.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 18 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Каша манная 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 с рыбными консервами	1/150	145	15	
Тушеная картошка	1/90	165	25	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/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 « 18 » Сентября 2023г.

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	б/н	
Итого	Цена 85.00 рублей			
Обед				
Суп с рыбными консервами	1/150	145	15	
Тушеная картошка	1/90	165	25	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н	
Чай с сахаром	1/200	79	391	
Итого	Цена 55.00 рублей			
Итого	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор



МЕНЮ

на « 19 » Сентября 2023г.

МЕНЮ

на « 19 » Сентября 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/180	225,0	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/250	162,8	1081

Итого Цена 85.00 рублей

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

Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	95,3	206
Ленивый голубец	1/100	200	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	162,8	391

Итого Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/150	165,0	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н

Итого Цена 85.00 рублей

Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)

Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/100	80	206
Ленивый голубец	1/80	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

Итого Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 19 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Ленивый голубец	1/180	225,0	449	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7	
Компот из сухофруктов	1/250	162,8	1081	
Итого	Цена 85.00 рублей			
Обед				
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	206	
Плов	1/80	55	10	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7	
Чай с сахаром	1/200	83	391	
Итого	Цена 55.00 рублей			
Итого	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк



МЕНЮ

на « 19 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Ленивый голубец	1/150	165,0	449	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7	
Чай с сахаром	1/200	83	391	
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н	
Итого	Цена 85.00 рублей			
Обед				
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	206	
Плов	1/80	55	10	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7	
Чай с сахаром	1/200	83	391	
Итого	Цена 55.00 рублей			
Итого	Цена 140.00 рублей			

Повар

Калькулятор

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



МЕНЮ

на « 20 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Пельмени отварные	1/175	266	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Компот из сухофруктов	1/250	83	393	
Итого				Цена 85.00 рублей
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)				
Обед				
Суп картофельный с крупой рисовой	1/150	120	76	
Пельмени отварные	1/125	230	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с сахаром	1/200	83	393	
Итого				Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 20 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Пельмени отварные	1/125	248	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с сахаром	1/200	83	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 крупой рисовой	1/100	92	76	
Пельмени отварные	1/90	204	1249	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н	
Чай с сахаром	1/200	84	393	
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н	
Итого				Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 20 » Сентября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/175	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	83	393
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с крупой рисовой	1/150	120	87
Каша перловая	1/80	268	25
Тефтеля мясная	1/60	110	8
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 20 » Сентября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/125	248	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с крупой рисовой	1/150	120	87
Каша перловая	1/80	268	25
Тефтеля мясная	1/60	110	8
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 21 » Сентября

2023г

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	161	378
Котлеты геркулесовые	1/100	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	84	1081

Цена 85.00 рублей

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

Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/140	123	140
Макароны отварные	1/80	124	378
Котлеты геркулесовые	1/100	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	84	391

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 21 » Сентября

2023г

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/70	151	378
Котлеты геркулесовые	1/100	118	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

Цена 85.00 рублей

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

Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/120	158	140
Макароны отварные	1/50	74	378
Котлеты геркулесовые	1/100	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

Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор



МЕНЮ

на « 21 » Сентября 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
Котлеты геркулесовые	1/100	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	84	1081
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар
Калькулятор



МЕНЮ

на « 21 » Сентября 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/70	151	378
Котлеты геркулесовые	1/100	118	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
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар
Калькулятор

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



МЕНЮ

на « 22 » Сентября 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая с тушенкой	1/170	161	378
Салат из свежей капусты	1/50	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	84	391
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	161	140
Вареники отварные	1/75	150	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	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 « 22 » Сентября 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая с тушенкой	1/120	151	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	161	140
Вареники отварные	1/75	150	150
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	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 « 22 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая с тушенкой	1/120	151	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н

Итого Цена 85.00 рублей

Бесплатное питание детей 1-4 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	102	12
Каша гречневая с тушенкой	1/80	151	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н

Итого Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 22 » Сентября 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая с тушенкой	1/170	161	378
Салат из свежей капусты	1/50	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	84	391

Итого Цена 85.00 рублей

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	126	12
Каша гречневая с тушенкой	1/100	161	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	84	391

Итого Цена 85.00 рублей

Повар

Калькулятор