

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цетлюк

МЕНЮ

на « 13 » ноября



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 картофельный с яичными хлопьями	1/180	145	15
Макаронны с тушенкой	1/100	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/250	115	393
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цетлюк

МЕНЮ

на « 13 » ноября



Бесплатное питание Детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная 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	1/150	206	105
Макаронны с тушенкой	1/60	152	125
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/250	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 13 » ноября 2023г.



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

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
Цена 85.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/150	145	15
Тушеная картошка	1/90	165	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Цена 55.00 рублей			
Итого Цена 140.00 рублей			

Повар
 Калыкулятор

МЕНЮ

на « 13 » ноября 2023г.



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

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная 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
Цена 85.00 рублей			
Итого			
Цена 55.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/150	145	15
Тушеная картошка	1/90	165	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/200	79	391
Цена 55.00 рублей			
Итого Цена 140.00 рублей			

Повар
 Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церглюк

МЕНЮ

на « 14 » Ноябрь

2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	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 крупой рисовой	1/150	95,3	206
Овощное рагу	1/80	200	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/250	162,8	391
Итого		Цена 85,00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церглюк

МЕНЮ

на « 14 » Ноябрь

2023г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	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	6/н
Итого		Цена 85,00 рублей	
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с крупой рисовой	1/100	80	206
Овощное рагу	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	6/н
Итого		Цена 85,00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



МЕНЮ

на « 14 » ноября 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	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 крупной рисовой	1/150	128	206
Каша перловая	1/100	55	10
Нагетсы с соусом	1/70	110	16
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 « 14 » ноября 2023г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	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 крупной рисовой	1/150	128	206
Каша перловая	1/100	55	10
Нагетсы с соусом	1/70	110	16
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. Дегляк

МЕНЮ

на « 15 » Ноября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны отварные	1/110	161	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	84	1081
Итого			
Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп «Дальневосточный»	1/140	123	140
Макаронны отварные	1/80	124	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	126	282
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. Дегляк

МЕНЮ

на « 15 » Ноября 2023г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны отварные	1/100	151	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	118	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого			
Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп «Дальневосточный»	1/120	158	140
Макаронны отварные	1/50	74	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	118	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
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 « 15 » ноября

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны отварные	1/110	161	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/250	84	1081
Итого	Цена 85,00 рублей		
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/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 « 15 » ноября

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны отварные	1/100	151	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	118	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 85,00 рублей		
Обед			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/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 « 16 » ноября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/150	161	378
Тефтеля мясная	1/70	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	84	391
Итого			
Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	126	12
Каша гречневая	1/100	161	378
Тефтеля мясная	1/50	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	84	391
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » ноября 2023г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/100	151	378
Тефтеля мясная	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	83	391
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 бобовыми	1/110	102	12
Каша гречневая	1/80	151	378
Тефтеля мясная	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого			
Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглаков

МЕНЮ

на « 16 » ноября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/150	161	378
Тефтели мясная	1/70	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	84	391
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	161	140
Ленивый голубец	1/70	150	15
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.Щеглаков

МЕНЮ

на « 16 » ноября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/100	151	378
Тефтели мясная	1/50	118	286
Соус красный основной	1/30	18	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	161	140
Ленивый голубец	1/70	150	150
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.Церглюк

МЕНЮ

на « 17 » ноября 2023г.



Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой отварные	1/175	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого			Цена 85,00 рублей
Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Рассольник «Ленинградский»	1/150	120	76
Вареники с картошкой отварные	1/125	230	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	83	393
Итого			Цена 85,00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церглюк

МЕНЮ

на « 17 » ноября 2023г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой 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			
Рассольник «Ленинградский»	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
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого			Цена 85,00 рублей

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 17 » ноября 2023г.



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

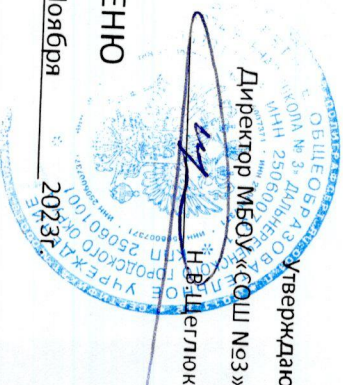
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой отварные	1/175	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/250	83	393
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Рассольник «Ленинградский»	1/150	120	87
Плов	1/80	268	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 17 » ноября 2023г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой 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		
Обед			
Рассольник «Ленинградский»	1/150	120	87
Плов	1/80	268	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/250	83	393
Итого	Цена 55.00 рублей		
Итого	Цена 140.00 рублей		

Повар

Калькулятор