



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

МЕНЮ

на « 27 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/220	233	105
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/250	115	393
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с крупой пшеничной	1/200	145	15
Тушеная капуста с овощами	1/100	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/250	115	393
Итого Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 27 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/170	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/250	89	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с крупой пшеничной	1/200	206	105
Тушеная капуста с овощами	1/100	152	125
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 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 27 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/220	233	105
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/250	115	393
Итого Цена 95.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с пшеничной крупой	1/150	145	15
Макароны отварные	1/70	165	25
Котлета геркулесовая с соусом	1/65	102	11
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	391
Итого Цена 65.00 рублей			
Итого Цена 160.00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 27 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/170	206	105
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/250	89	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого Цена 95.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный пшеничной крупой	1/150	145	15
Макароны отварные	1/90	165	25
Котлета геркулесовая с соусом	1/65	102	11
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79	391
Итого Цена 65.00 рублей			
Итого Цена 160.00 рублей			

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	1/180	225,0	449
Печенье «Сахарное»	1/18		
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/250	162,8	1081
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/200	95,3	206
Тушеная картошка	1/100	200	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/250	162,8	391
Итого Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	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 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/200	80	206
Тушеная картошка	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
Итого Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	1/180	225,0	449
Печенье «Сахарное»	1/18		
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/250	162,8	1081
Итого Цена 95.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	206
Вареники отварные	1/100	55	10
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	83	391
Итого Цена 65.00 рублей			
Итого Цена 160.00 рублей			

Повар
 Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 28 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	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 95.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	206
Вареники отварные	1/100	55	10
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	83	391
Итого Цена 65.00 рублей			
Итого Цена 160.00 рублей			

Повар
 Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 29 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/150	161	378
Тефтеля рыбная с соусом	1/80	126	282
Салат из моркови	1/50	56	2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	84	1081
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/200	123	140
Макароны отварные	1/100	124	378
Тефтеля рыбная с соусом	1/70	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	84	391
Итого Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

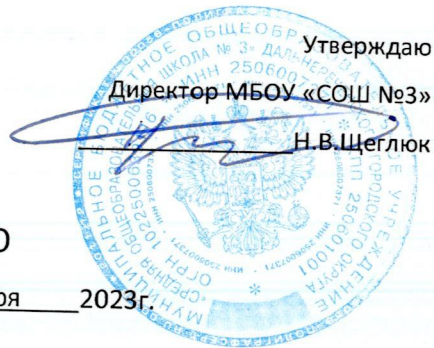
МЕНЮ

на « 29 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	151	378
Тефтеля рыбная с соусом	1/80	118	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/200	158	140
Макароны отварные	1/100	74	378
Тефтеля рыбная с соусом	1/70	98	286
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 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 29 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/150	161	378
Тефтеля рыбная с соусом	1/80	126	282
Салат из моркови	1/50	56	2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Итого	Цена 95.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	158	140
Голубец	1/150	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого	Цена 65.00 рублей		
Итого	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 29 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	151	378
Тефтеля рыбная с соусом	1/80	118	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 95.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	158	140
Голубец	1/150	161	140
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого	Цена 65.00 рублей		
Итого	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

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



МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/150	161	378
Салат из свежей капусты	1/50	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	84	391
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	126	12
Каша перловая с тушенкой	1/100	161	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	84	391
Итого Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

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



МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/150	151	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого Цена 95.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	102	12
Каша перловая с тушенкой	1/100	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 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2023г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/150	161	378
Салат из свежей капусты	1/50	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	84	391
Итого	Цена 95.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/150	161	140
Картофельное пюре	1/100	150	15
Тефтеля мясная с соусом	1/70		
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого	Цена 65.00 рублей		
Итого	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 30 » Ноября 2023г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/150	151	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 95.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/150	161	140
Картофельное пюре	1/100	150	150
Тефтеля мясная с соусом	1/70		
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого	Цена 65.00 рублей		
Итого	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 1 » Декабря 2023г.

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого Цена 85.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/150	120	76
Пельмени отварные	1/125	230	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/250	83	393
Итого Цена 85.00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

МЕНЮ

на « 1 » Декабря 2023г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	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			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/100	92	76
Пельмени отварные	1/90	204	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	84	393
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 « 1 » Декабря 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
Чай с лимоном	1/250	83	393
Итого	Цена 85.00 рублей		
Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/150	120	87
Плов	1/80	268	25
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 « 1 » Декабря 2023г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	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			
Борщ картофельный с капустой	1/150	120	87
Плов	1/80	268	25
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