

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №3»
 Н.В.Щеглюк
 2024г.

на « 15 » Января 2024г.

МЕНЮ



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	1/200	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	6/н
Чай с сахаром	1/200	115	393
Итого	Цена 95.00 рублей		

Повар
 Калькулятор

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №3»
 Н.В.Щеглюк
 2024г.

на « 15 » Января 2024г.

МЕНЮ



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	1/200	89	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/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	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 95.00 рублей		

Повар
 Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » Января

2024г.



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	79	3
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/200	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	1/200	162,8	391
Итого Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » Января

2024г.



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	6/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	6/н
Итого Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 16 » Января 2024г.



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

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	79	3
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/200	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

МЕНЮ

на « 16 » Января 2024г.



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

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

МЕНЮ

на « 17 » Января 2024г.



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Шергин

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны отварные	1/150	161	378
Тефтели рыбная с соусом	1/80	126	282
Салат из моркови	1/50	56	2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	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
Макаронны отварные	1/100	124	378
Тефтели рыбная с соусом	1/80	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	84	391
Итого Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 17 » Января 2024г.



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Шергин

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макаронны отварные	1/100	151	378
Тефтели рыбная с соусом	1/80	118	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого Цена 95,00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/200	158	140
Макаронны отварные	1/100	74	378
Тефтели рыбная с соусом	1/80	98	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 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щелюк

МЕНЮ

на « 17 » Января 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры			
Завтрак						
Макароньы отварные	1/150	161	378			
Тефтели рыбная с соусом	1/80	126	282			
Салат из моркови	1/50	56	2			
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н			
Чай с сахаром	1/200	84	1081			
Итого	Цена 95.00 рублей					
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	1/150	158	140			
Голубец	1/130	161	140			
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н			
Чай с лимоном	1/200	83	393			
Итого	Цена 65.00 рублей					
Итого				Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щелюк

МЕНЮ

на « 17 » Января 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры			
Завтрак						
Макароньы отварные	1/100	151	378			
Тефтели рыбная с соусом	1/80	118	286			
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н			
Компот из сухофруктов	1/200	83	391			
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н			
Итого	Цена 95.00 рублей					
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	1/150	158	140			
Голубец	1/130	161	140			
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н			
Чай с лимоном	1/200	83	393			
Итого	Цена 65.00 рублей					
Итого				Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Целлюк

МЕНЮ

на « 18 » Января

2024г.



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
Винегрет	1/60	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	84	391
Итого			

Цена 95.00 рублей

Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	126	12
Каша перловая с тушенкой	1/100	161	378
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	84	391
Итого			

Цена 95.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Целлюк

МЕНЮ

на « 18 » Января

2024г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/150	151	378
Салат из свежей капусты	1/50	30	3
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого			

Цена 95.00 рублей

Бесплатное питание Детей 1-4 классы

(2 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	102	12
Каша перловая с тушенкой	1/100	151	378
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 95.00 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 18 » Января 2024г.



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
Винегрет	1/60	126	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/200	84	391
Итого	Цена 95.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с крупной гречневой	1/150	161	140
Картофельное пюре	1/100	150	15
Тефтели мясная с соусом	1/70	156	26
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого	Цена 65.00 рублей		
Повар			
Калькулятор Цена 160.00 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 18 » Января 2024г.



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
Салат из свежей капусты	1/50	20	3
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 95.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с крупной гречневой	1/150	161	140
Картофельное пюре	1/100	150	150
Тефтели мясная с соусом	1/70	156	26
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого	Цена 65.00 рублей		
Повар			
Калькулятор Цена 160.00 рублей			

Калькулятор

Калькулятор

МЕНЮ

на « 19 » Января

2024г.



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

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	6/н
Напиток из свежих ягод	1/200	83	393
Итого	Цена 95.00 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	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого	Цена 95.00 рублей		

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 19 » Января

2024г.



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

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	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 95.00 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	6/н
Чай с сахаром	1/200	84	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого	Цена 95.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

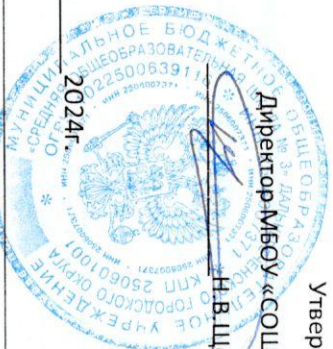
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 19 » Января

2024г.



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	6/н
Напиток из свежих ягод	1/200	83	393
Итого Цена 95.00 рублей			
Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/150	120	87
Плов	1/80	268	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого Цена 65.00 рублей			
Итого Цена 160.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

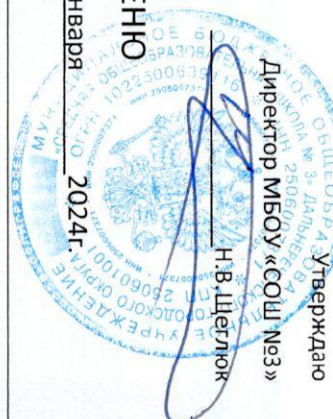
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 19 » Января

2024г.



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	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
Итого Цена 95.00 рублей			
Обед			
Борщ картофельный с капустой	1/150	120	87
Плов	1/80	268	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с сахаром	1/200	83	393
Итого Цена 65.00 рублей			
Итого Цена 160.00 рублей			

Повар

Калькулятор