



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

## МЕНЮ

на « 12 » февраля 2024г.

### Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная	1/220	350	390
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	189	125
Чай с лимоном	1/200	102	393
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/200	200	15
Макаронны с тушенкой	1/100	253	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/250	89	391
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	

Повар

Калькулятор



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

## МЕНЮ

на « 12 » февраля 2024г.

### Бесплатное питание детей 1-4 классы

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная	1/170	278	390
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	102	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/200	206	105
Макаронны с тушенкой	1/80	190	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
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 12 » февраля 2024г.



<b>Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы</b>			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная	1/220	350	390
Бутерброд с маслом и сыром	1/30/10/10	189	125
Чай с лимоном	1/200	102	393
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/150	145	15
Тушеная картошка	1/90	150	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 12 » февраля 2024г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная	1/170	278	390
Бутерброд с маслом	1/30/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	102	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с яичными хлопьями	1/150	145	15
Тушеная картошка	1/90	150	25
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церлюк

## МЕНЮ

на « 13 » февраля

2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	1/200	245	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/250	124	1081
Печенье «Сахарное»	1/20	90	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
Обед			
Суп картофельный с крупной рисовой	1/200	188	206
Овощное рагу	1/100	136	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	7
Чай с сахаром	1/250	89	391
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церлюк

## МЕНЮ

на « 13 » февраля

2024г.



### Бесплатное питание Детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	1/150	175	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	115	393
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
Обед			
Суп картофельный с крупной рисовой	1/200	188	206
Овощное рагу	1/100	136	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



## МЕНЮ

на « 13 » Февраля 2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Овощное рагу	1/200	225	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Компот из сухофруктов	1/250	124	1081
Печенье «Сахарное»	1/20	90	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с крупной рисовой	1/150	128	206
Каша перловая	1/100	352	10
Тефтели рыбная с соусом	1/70	110	16
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



## МЕНЮ

на « 13 » Февраля 2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Овощное рагу	1/150	175	449
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с лимоном	1/200	83	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с крупной рисовой	1/150	128	206
Каша перловая	1/100	352	10
Тефтели рыбная с соусом	1/70	110	16
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



## МЕНЮ

на « 14 » февраля

2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макаронны отварные	1/110	193	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	124	1081
<b>Итого</b>		Цена 95,00 рублей	
<b>Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп «Дальневосточный»	1/200	153	140
Макаронны отварные	1/80	140	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
<b>Итого</b>		Цена 95,00 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк



## МЕНЮ

на « 14 » февраля

2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макаронны отварные	1/100	175	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>		Цена 95,00 рублей	
<b>Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп «Дальневосточный»	1/200	158	140
Макаронны отварные	1/80	140	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	б/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
<b>Итого</b>		Цена 95,00 рублей	

Повар

Калькулятор

## МЕНЮ

на « 14 » февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макаронны отварные	1/110	193	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	282
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	124	1081
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Пельмени отварные	1/90	125	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

## МЕНЮ

на « 14 » февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макаронны отварные	1/100	175	378
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	286
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	6/н
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп «Сайровый»	1/200	161	140
Пельмени отварные	1/90	125	
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	6/н
Чай с лимоном	1/250	83	393
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 15 » февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая	1/150	192	378
Тефтеля мясная	1/70	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/250	89	391
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с Бобовыми	1/200	176	12
Каша гречневая	1/100	128	378
Тефтеля мясная	1/50	118	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с лимоном	1/250	115	393
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 15 » февраля 2024г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая	1/100	128	378
Тефтеля мясная	1/50	118	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с Бобовыми	1/200	176	12
Каша гречневая	1/80	108	378
Тефтеля мясная	1/50	118	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

## МЕНЮ

на « 15 » февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая	1/150	192	378
Тефтеля мясная	1/70	126	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/250	89	391
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	111	140
Ленивый голубец	1/70	150	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с лимоном	1/200	115	393
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

## МЕНЮ

на « 15 » февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша гречневая	1/100	128	378
Тефтеля мясная	1/50	118	282
Соус красный основной	1/30	17	228
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	111	140
Ленивый голубец	1/70	150	150
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с лимоном	1/200	115	393
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » февраля 2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой отварные	1/180	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с лимоном	1/250	115	393
Пряник	1/25	85	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Рассольник «Ленинградский»	1/200	185	76
Вареники с картошкой отварные	1/125	230	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/250	89	391
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » февраля 2024г.

Бесплатное питание детей 1-4 классы  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники с картошкой отварные	1/150	248	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Рассольник «Ленинградский»	1/200	185	76
Вареники с картошкой отварные	1/90	204	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 16 » Февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Вареники с картошкой отварные	1/180	266	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с лимоном	1/250	115	393
Пряник	1/25	85	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
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
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 16 » Февраля 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Вареники с картошкой отварные	1/150	248	1249
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	79	7
Чай с сахаром	1/200	89	391
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
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
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор