

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 10 » Июня



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/220	233	54-25.1к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Блин с вареной стущенкой	1/80	198	пром
Чай с сахаром	1/250	65	54-2гн

Обед

Суп картофельный с крупой гречневой	1/220	176	22
Макаронны отварные	1/150	210	54-1г
Нагетсы	1/70	231	пром
Соус красный основной	1/30	17	54-3
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Кисель	1/250	126	54-3гн

Итого Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 10 » Июня



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/170	206	54-25.1к
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	пром
Блин с вареной стущенкой	1/80	198	пром
Чай с сахаром	1/250	65	54-2гн

Обед

Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	153	22
Макаронны отварные	1/100	203	54-1г
Нагетсы	1/70	161	пром
Соус красный основной	1/30	17	54-3
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Кисель	1/250	126	54-3гн

Итого Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждено

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 11 » Июня



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	1/200	233	54-9г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	98	54-3гн
Вафельные трубочки	1/22	108	пром
Обед			
Суп-лапша по-домашнему	1/200	133	54-1с
Каша гречневая	1/150	185	54-4г
Тефтели мясная	1/70	120	54-15м
Соус красный основной	1/30	28	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	116	54-1хн
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

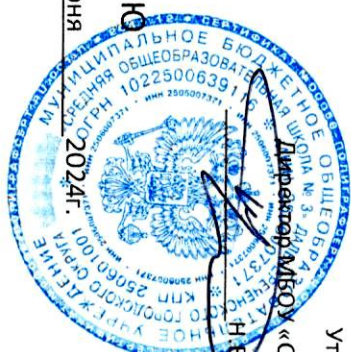
Утверждено

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 11 » Июня



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Овощное рагу	1/200	329	54-9г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	98	54-3гн
Вафельные трубочки	1/22	108	пром
Обед			
Суп-лапша по-домашнему	1/200	133	54-1с
Каша гречневая	1/100	139	54-4г
Тефтели мясная	1/70	120	54-15м
Соус красный основной	1/30	28	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	111	54-1хн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Шеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Июня



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/180	364	пром
Салат из капусты	1/80	108	54-83
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	98	54-2гн
Обед			
Свекольник	1/200	156	54-18с
Каша рисовая	1/150	283	54-6г
Печень по-строгановски	1/90	165	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-2гн
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Шеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Июня



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	314	пром
Салат из капусты	1/60	86	54-83
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	98	54-2гн
Обед			
Свекольник	1/200	123	54-18с
Каша рисовая	1/120	233	54-6г
Печень по-строгановски	1/90	226	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-2гн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Июня 2024г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	1/220	256	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	98	54-2гн
Печенье	1/18	75	пром
Обед			
Суп картофельный с клецками	1/200	145	54-2с
Макаронны отварные	1/150	240	54-1г
Тефтели рыбные	1/70	140	54-21р
Соус красный основной	1/30	28	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Июня 2024г.



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	1/190	192	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	98	54-2гн
Печенье	1/18	75	пром
Обед			
Суп картофельный с клецками	1/200	145	54-2с
Макаронны отварные	1/110	198	54-1г
Тефтели рыбные	1/70	140	54-21р
Соус красный основной	1/30	28	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор