

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 29 » Июля



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/220	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Печенье сахарное	1/13	160	15
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/220	176	22
Рис отварной	1/160	210	54-6г
Нагетсы	1/100	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

Калкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 29 » Июля



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/180	206	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Печенье сахарное	1/13	160	15
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/200	153	22
Рис отварной	1/110	203	54-6г
Нагетсы	1/70	161	пром
Соус красный основной	1/30	17	54-3
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Кисель	1/250	111	54-3гн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церлюк



МЕНЮ

на « 30 » Июля

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/200	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Чай с лимоном	1/250	115	393
Салат из свеклы	1/50	40	пром
Обед			
Суп гороховый	1/200	133	54-8с
Макаронны отварные	1/180	185	54-11г
Котлета мясная	1/80	120	54-28м
Соус красный основной	1/40	20	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	116	54-1хн
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Церлюк



МЕНЮ

на « 30 » Июля

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша перловая с тушенкой	1/180	329	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	89	54-3гн
Салат из свеклы	1/50	40	пром
Обед			
Суп гороховый	1/200	133	54-8с
Макаронны отварные	1/100	139	54-11г
Котлета мясная	1/70	120	54-28м
Соус красный основной	1/30	20	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	111	54-1хн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 31 » Июля

2024г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники отварные	1/200	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп Далыневосточный	1/200	120	54-22с
Картофельное пюре	1/120	210	54-1г
Солянка	1/150	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Печенье	1/20	87	пром
Итого Цена 183.79 рублей			

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 31 » Июля

2024г.



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Вареники отварные	1/150	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп Далыневосточный	1/200	120	54-22с
Картофельное пюре	1/100	196	54-1г
Солянка	1/100	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/220	111	54-3гн
Печенье	1/20	87	пром
Итого Цена 162.98 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 01 » Августа

2024г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/200	364	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	89	54-2гн
Обед			
Борщ с картофелем и капустой	1/200	156	1.1а
Макаронны отварные	1/150	283	54-4г
Купаты с соусом	1/100	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

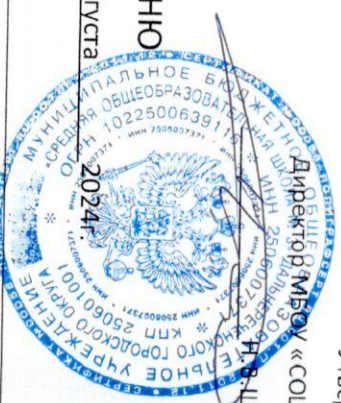
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 01 » Августа

2024г.



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/150	314	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	89	54-2гн
Обед			
Борщ с картофелем и капустой	1/200	123	1.1а
Макаронны отварные	1/110	233	54-4г
Купаты с соусом	1/100	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. Шеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Августа



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/200	256	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-1хн
Обед			
Суп с рыбными консервами	1/200	120	54-2с
Тушеная картошка	1/150	146	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-1хн
Сок	1/200	75	пром
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Шеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Августа



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/150	192	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-1хн
Обед			
Суп с рыбными консервами	1/200	115	54-2с
Тушеная картошка	1/150	126	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-1хн
Сок	1/200	75	пром
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор