

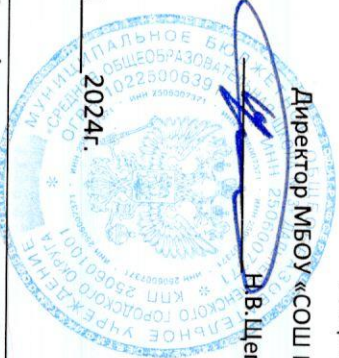
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щерлюк

МЕНЮ

на « 28 » Октября 2024г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/230	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Блин	1/100	36	пром
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/200	176	22
Каша рисовая	1/150	210	54-6г
Наггетсы	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

Калькулятор

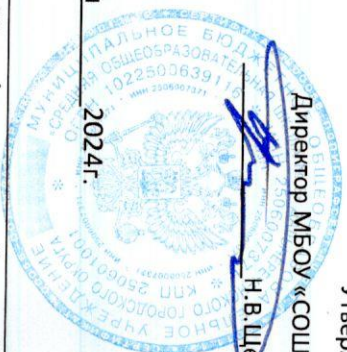
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щерлюк

МЕНЮ

на « 28 » Октября 2024г.



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/190	206	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Блин	1/50	36	пром
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/150	153	22
Каша рисовая	1/100	203	54-6г
Наггетсы	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

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 29 » Октября 2024г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/180	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Чай с лимоном	1/250	115	393
Салат «витаминный»	1/80	40	пром
Обед			
Рассольник	1/200	133	54-8с
Картофельное пюре	1/150	185	54-11г
Рагу из птицы с соусом	1/90	120	54-28м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-1хн
Итого		Цена 183.79 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 29 » Октября 2024г.



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/160	329	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	89	54-3гн
Салат «витаминный»	1/60	40	пром
Обед			
Рассольник	1/160	133	54-8с
Картофельное пюре	1/100	139	54-11г
Рагу из птицы с соусом	1/70	120	54-28м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	111	54-1хн
Итого		Цена 162.98 рублей	

Повар

Калькулятор

МЕНЮ

на « 30 » Октября 2024г.



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

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая с тушенкой	1/180	233	105
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Чай с лимоном	1/250	115	393
Печенье	1/30	40	пром
Обед			
Суп гороховый	1/150	133	54-8с
Макаронны отварные	1/150	185	54-11г
Тефтели мясная с соусом	1/100	120	54-28м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар
Калькулятор

МЕНЮ

на « 30 » Октября 2024г.



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

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая с тушенкой	1/150	329	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	89	54-3гн
Печенье	1/15	40	пром
Обед			
Суп гороховый	1/150	133	54-8с
Макаронны отварные	1/100	139	54-11г
Тефтели мясная с соусом	1/100	120	54-28м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар
Калькулятор

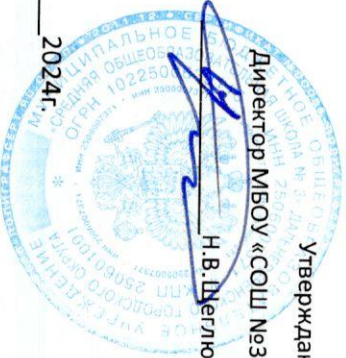
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 31 » Октября 2024г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/180	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Чай с лимоном	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп Дальневосточный	1/180	120	54-22с
Картофельное пюре	1/150	210	54-1г
Солянка	1/150	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Вафля	1/20	87	пром
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 31 » Октября 2024г.



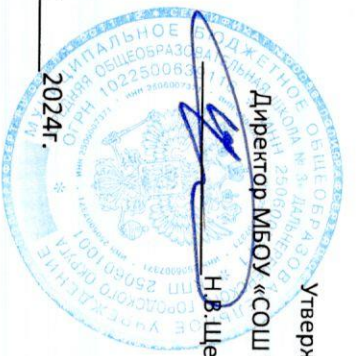
Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп Дальневосточный	1/150	120	54-22с
Картофельное пюре	1/100	196	54-1г
Солянка	1/100	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-3гн
Вафля	1/20	87	пром
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар

Калькулятор

МЕНЮ
на « 01 » ноября 2024г.



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

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/200	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Напиток из свежих ягод	1/250	85	54-2гн
Обед			
Борщ	1/200	120	54-22с
Макаронны отварные	1/100	210	54-1г
Котлета геркулесовая с соусом	1/130	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			Цена 183.79 рублей

Повар
Калыкулятор

МЕНЮ
на « 01 » ноября 2024г.



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

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/150	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-2гн
Обед			
Борщ	1/170	120	54-22с
Макаронны отварные	1/70	196	54-1г
Котлета геркулесовая с соусом	1/130	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-3гн
Итого			Цена 162.98 рублей

Повар
Калыкулятор