

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н. В. Щеглюк

## МЕНЮ

на « 21 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/220	233	54-25.1к
Бутерброд с маслом и сыром	1/40/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
<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 крупой пшеничной	1/200	206	150
Плов	1/120	152	54-8г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	96	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор

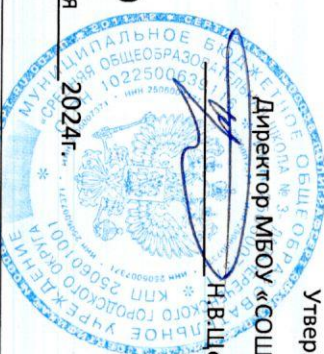
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н. В. Щеглюк

## МЕНЮ

на « 21 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/170	206	54-25.1к
Бутерброд с маслом	1/40/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с крупой пшеничной	1/150	206	105
Плов	1/100	152	54-8г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	96	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95.00 рублей			

Повар

Калькулятор



**МЕНЮ**

на « 21 » Октября 2024г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/220	233	54-25.1к
Бутерброд с маслом и сыром	1/40/10/10	241	125
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с пшеничной крупой	1/150	145	105
Макаронны отварные	1/70	165	54-1г
Котлета геркулесовая с соусом	1/100	102	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	54-2гн
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар  
Калькулятор



**МЕНЮ**

на « 21 » Октября 2024г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная	1/170	206	54-25.1к
Бутерброд с маслом	1/40/10	152	125
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с пшеничной крупой	1/150	145	105
Макаронны отварные	1/90	165	54-1г
Котлета геркулесовая с соусом	1/100	102	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79	54-2гн
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар  
Калькулятор

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

Н.В.Цеглюк

## МЕНЮ

## МЕНЮ

на « 22 » Октября 2024г.

на « 22 » Октября 2024г.

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

### Бесплатное питание Детей 1-4 классы

(1 смена)

(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Тушеная картошка	1/200	225,0	54-5м
Печенье	1/18	93	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Компот из сухофруктов	1/200	126	54-1хн
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы</b>			
<b>(2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с вермишелью	1/170	95,3	54-7с
Тушеная картошка	1/130	200	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Тушеная картошка	1/150	165,0	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей 1-4 классы</b>			
<b>(2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	80	54-7с
Тушеная картошка	1/100	150	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор



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

## МЕНЮ

на « 22 » Октября 2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Тушеная картошка	1/200	225,0	54-5м
Печенье	1/18	93	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Компот из сухофруктов	1/200	126	54-1хн
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	54-7с
Вареники отварные	1/100	155	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
<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 « 22 » Октября 2024г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Тушеная картошка	1/150	165,0	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	6/н
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	54-7с
Вареники отварные	1/100	155	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	110	54-2гн
<b>Итого</b>		Цена 65.00 рублей	
<b>Итого</b>		Цена 160.00 рублей	

Повар  
Калькулятор

## МЕНЮ

на « 23 » Октября 2024г.



Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щерглюк

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макаронны отварные	1/150	241	54-1г
Тефтеля мясная с соусом	1/80	126	54-14р
Салат из моркови и капусты	1/60	56	54-11з
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/250	111	54-2гн
<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	173	54-8с
Макаронны отварные	1/100	161	54-1г
Тефтеля мясная с соусом	1/80	126	54-14р
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	84	54-2гн
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

## МЕНЮ

на « 23 » Октября 2024г.



Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щерглюк

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макаронны отварные	1/100	161	54-1г
Тефтеля мясная с соусом	1/80	118	54-14р
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Компот из сухофруктов	1/200	83	54-1хн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			
<b>Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	173	54-8с
Макаронны отварные	1/70	161	54-1г
Тефтеля мясная с соусом	1/80	98	54-14р
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 23 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макароны отварные	1/150	241	54-1Г
Тефтели мясная с соусом	1/80	126	54-14Р
Салат из моркови и капусты	1/60	56	54-11з
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/250	111	54-2Гн
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	130	54-8с
Голубец	1/130	161	54-19М
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	89	пром
Чай с лимоном	1/200	101	54-3Гн
<b>Итого</b>		Цена 65.00 рублей	
<b>Итого</b>		Цена 160.00 рублей	

Повар

Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 23 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Макароны отварные	1/100	161	54-1Г
Тефтели мясная с соусом	1/80	118	54-14Р
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Компот из сухофруктов	1/200	83	54-1Хн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	130	54-8с
Голубец	1/130	161	54-19М
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	89	пром
Чай с лимоном	1/200	101	54-3Гн
<b>Итого</b>		Цена 65.00 рублей	
<b>Итого</b>		Цена 160.00 рублей	

Повар

Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 24 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Борщ картофельный с капустой	1/200	220	54-2м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/250	112	54-2хн
Яблоко	1/180	115	б/н
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Борщ картофельный с капустой	1/200	220	54-2м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/250	112	54-1хн
Яблоко	1/180	115	б/н
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 24 » Октября 2024г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы  
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша перловая с тушенкой	1/150	207	54-2м
Салат из свежей капусты	1/50	35	54-8з
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	112	54-1хн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			
<b>Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)</b>			
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/150	148	12
Каша перловая с тушенкой	1/100	161	54-2м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2хн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>			
Цена 95,00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

## МЕНЮ

на « 24 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Борщ картофельный с капустой	1/200	220	54-2м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/250	112	54-2хн
Яблоко	1/180	115	6/н
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	140	12
Картофельное пюре	1/120	150	54-11г
Тефтеля мясная с соусом	1/70	156	54-15м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
<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 « 24 » Октября 2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Каша перловая с тушенкой	1/150	207	54-2м
Салат из свежей капусты	1/50	35	54-8з
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	112	54-1хн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>	Цена 95.00 рублей		
<b>Обед</b>			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/150	140	12
Картофельное пюре	1/100	150	54-11г
Тефтеля мясная с соусом	1/70	156	54-15м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
<b>Итого</b>	Цена 65.00 рублей		
<b>Итого</b>	Цена 160.00 рублей		

Повар

Калькулятор



## МЕНЮ

на « 25 » Октября 2024г.



<b>Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы</b> (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/170	364	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Напиток из свежих ягод	1/200	105	54-7хн
<b>Итого</b>	Цена 95,00 рублей		
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Суп – лапша по - домашнему	1/150	176	1.1а
Пельмени отварные	1/125	320	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	111	54-2гн
<b>Итого</b>	Цена 95,00 рублей		

Повар

Калькулятор

## МЕНЮ

на « 25 » Октября 2024г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	364	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>	Цена 95,00 рублей		
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
<b>Обед</b>			
Борщ картофельный с капустой	1/150	176	1.1а
Пельмени отварные	1/90	280	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	84	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>	Цена 95,00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

### МЕНЮ

на « 25 » Октября

2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Пельмени отварные	1/170	364	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Напиток из свежих ягод	1/200	105	54-7хн
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп – лапша по - домашнему	1/200	156	1.1а
Плов	1/100	268	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
<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 « 25 » Октября

2024г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак</b>			
Пельмени отварные	1/150	364	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
<b>Итого</b>		Цена 95.00 рублей	
<b>Обед</b>			
Суп – лапша по – домашнему	1/150	156	1.1а
Плов	1/100	268	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
<b>Итого</b>		Цена 65.00 рублей	
<b>Итого</b>		Цена 160.00 рублей	

Повар

Калькулятор