

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

МЕНЮ

на « 12 » Май 2025г.

Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/200	233	54-25.1к
Бутерброд с сыром	1/40/10	241	125
Чай с лимоном	1/250	101	54-3гн
Итого	Цена 105.00 рублей		
Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с крупной 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
Итого	Цена 105.00 рублей		

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 12 » Май 2025г.

Бесплатное питание Детей 1-4 классы (1 смена)				
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры	
Завтрак				
Каша рисовая молочная	1/160	206	54-25.1к	
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	96	пром	
Печенье	1/20	52	пром	
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн	
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром	
Итого	Цена 105.00 рублей			
Бесплатное питание Детей 1-4 классы (2 смена)				
Обед				
Суп картофельный с крупной 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	
Итого	Цена 105.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 12 » Мая 2025г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/200	233	54-25.1к
Бутерброд с сыром	1/40/10	241	125
Чай с лимоном	1/250	101	54-3гн
Итого Цена 105.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с пшеничной крупой	1/150	145	105
Макароны отварные	1/70	165	54-1г
Нагетсы с соусом	1/70	102	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79,26	54-2гн
Итого Цена 72.00 рублей			
Итого Цена 177.00 рублей			
Повар			
Калькулятор			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 12 » Мая 2025г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/160	206	54-25.1к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	96	пром
Печенье	1/20	52	
Чай с лимоном	1/200	101	54-3гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого Цена 105.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с пшеничной крупой	1/150	145	105
Макароны отварные	1/70	165	54-1г
Нагетсы с соусом	1/70	102	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	72	б/н
Чай с сахаром	1/200	79	54-2гн
Итого Цена 72.00 рублей			
Итого Цена 177.00 рублей			
Повар			
Калькулятор			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Май 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	1/180	225,0	54-5м
Вафля	1/18	93	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Компот из сухофруктов	1/250	126	54-1хн
Итого			
Цена 105.00 рублей			
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/180	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
Итого			
Цена 105.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Май 2025г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
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	б/н
Итого			
Цена 105.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
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
Итого			
Цена 105.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Мая 2025г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Тушеная картошка	1/200	225,0	54-5м
Вафля	1/18	93	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Компот из сухофруктов	1/250	126	54-1хн
Итого	Цена 105.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	54-7с
Пельмени отварные	1/100	155	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Итого	Цена 72.00 рублей		
Итого	Цена 177.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 13 » Мая 2025г.



Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
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	б/н
Итого	Цена 105.00 рублей		
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	128	54-7с
Пельмени отварные	1/100	155	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	110	54-2гн
Итого	Цена 72.00 рублей		
Итого	Цена 177.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

МЕНЮ

на « 14 » Май 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/150	192	54-4г
Тефтеля мясная	1/75	126	54-15м
Соус красный основной	1/30	17	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/250	111	54-2гн
Итого	Цена 105.00 рублей		
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/180	176	54-8с
Каша гречневая	1/100	128	54-4г
Тефтеля мясная	1/50	118	54-15м
Соус красный основной	1/30	17	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/250	102	54-3гн
Итого	Цена 105.00 рублей		

Повар
Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

МЕНЮ

на « 14 » Май 2025г.



Бесплатное питание детей 1-4 классы
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/100	128	54-4г
Тефтеля мясная	1/60	118	54-15м
Соус красный основной	1/30	17	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого			
Цена 105.00 рублей			
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	176	54-8с
Каша гречневая	1/80	108	54-4г
Тефтеля мясная	1/50	118	54-15м
Соус красный основной	1/30	17	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого			
Цена 105.00 рублей			

Повар
Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Мая 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/150	192	54-4г
Тефтели мясная	1/75	126	54-15м
Соус красный основной	1/30	17	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/250	111	54-2гн
Итого Цена 105.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	111	54-8с
Ленивый голубец	1/100	150	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	102	54-3гн
Итого Цена 72.00 рублей			
Итого Цена 177.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 14 » Мая 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша гречневая	1/100	128	54-4г
Тефтели мясная	1/60	118	54-15м
Соус красный основной	1/30	17	54-3с
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого Цена 105.00 рублей			
Обед			
Суп картофельный с бобовыми	1/150	111	54-8с
Ленивый голубец	1/100	150	54-3м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	102	54-3гн
Итого Цена 72.00 рублей			
Итого Цена 177.00 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 15 » Мая 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/150	193	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/250	124	54-1хн
Итого	Цена 105.00 рублей		
Бесплатное питание Детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп «Дальневосточный»	1/180	153	54-22с
Макароны отварные	1/100	140	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/250	111	54-2гн
Итого	Цена 105.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 15 » Мая 2025г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы
(1 смена)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	175	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого	Цена 105.00 рублей		
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп «Дальневосточный»	1/150	158	54-22с
Макароны отварные	1/80	140	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	89	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого	Цена 105.00 рублей		

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 15 » Мая 2025г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Детей инвалидов 5-11 классы			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/150	193	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/200	124	54-1хн
Итого	Цена 105.00 рублей		
Обед			
Суп «Дальневосточный»	1/150	158	54-22с
Пельмени отварные	1/100	125	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/250	102	54-3гн
Итого	Цена 72.00 рублей		
Итого	Цена 177.00 рублей		

Повар
 Калькулятор

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

МЕНЮ

на « 15 » Мая 2025г.

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	175	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/130	296	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с сахаром	1/200	111	54-2гн
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	пром
Итого	Цена 105.00 рублей		
Обед			
Суп «Дальневосточный»	1/150	158	54-22с
Пельмени отварные	1/100	125	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	89	пром
Чай с лимоном	1/250	102	54-3гн
Итого	Цена 72.00 рублей		
Итого	Цена 177.00 рублей		

Повар
 Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » Май 2025г.



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

Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп – лапша по- домашнему	1/200	212	1.1а
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	54-2гн
Фрукт	1/130	65	пром
Итого	Цена 105.00 рублей		
Бесплатное питание детей льготной категории 5-11 классы (2 смена)			
Обед			
Суп – лапша по- домашнему	1/200	212	1.1а
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	54-2гн
Фрукт	1/130	65	пром
Итого	Цена 105.00 рублей		

Повар

Калькулятор

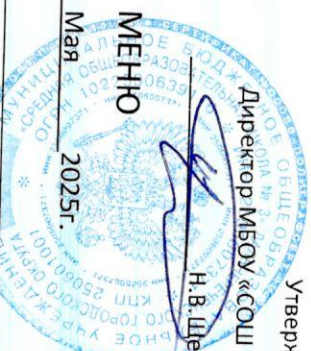
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » Май 2025г.



Бесплатное питание Детей 1-4 классы (1 смена)

Бесплатное питание детей 1-4 классы (1 смена)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп – лапша по- домашнему	1/150	212	1.1а
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	54-2гн
Фрукт	1/130	65	пром
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 105.00 рублей		
Бесплатное питание детей 1-4 классы (2 смена)			
Обед			
Суп – лапша по- домашнему	1/150	212	1.1а
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	54-2гн
Фрукт	1/130	65	пром
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 105.00 рублей		

Повар

Калькулятор

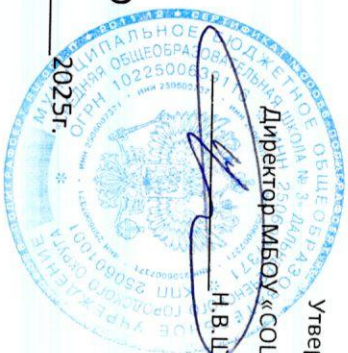
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » Мая 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп – лапша по- домашнему	1/200	212	1.1а
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	54-2гн
Фрукт	1/130	65	пром
Итого	Цена 105.00 рублей		
Обед			
Овощное рагу	1/150	150	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Итого	Цена 72.00 рублей		
Итого	Цена 177.00 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 16 » Мая 2025г.



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

Бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов 1-4 классы			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп – лапша по- домашнему	1/150	212	1.1а
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	54-2гн
Фрукт	1/130	65	пром
Молоко 3,2% (тетрапак)	1/200	120	б/н
Итого	Цена 105.00 рублей		
Обед			
Овощное рагу	1/150	150	150
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	79	б/н
Чай с сахаром	1/200	83	391
Итого	Цена 72.00 рублей		
Итого	Цена 177.00 рублей		

Повар

Калькулятор