

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Июня

2025г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь) 2-х разовое питание

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/200	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/200	176	22
Макароны с тушенкой	1/170	210	54-6г
Салат из свежей капусты	1/60	231	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Июня

2025г.

Бесплатное питание школьников 6-10 лет (пришкольный лагерь) 2-х разовое питание

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/160	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/150	176	22
Макароны с тушенкой	1/130	210	54-6г
Салат из свежей капусты	1/60	231	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	126	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Повар

Утверждаю

МЕНЮ

на « 02 » Июня

2025г.



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

Бесплатное питание школьников 6-10 лет (пришкольный лагерь) 3-х разовое питание

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша манная молочная	1/160	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Суп с яичными хлопьями	1/150	176	22
Макароны с тушенкой	1/130	210	54-6г
Салат из свежей капусты	1/60	231	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Полдник			
Печенье	2/20	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	115	54-2гн
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

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

МЕНЮ
на « 03 » Июня 2025г.

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/170	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп гороховый	1/200	120	54-22с
Картофельное пюре	1/150	210	54-1г
Тефтели мясная с соусом	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого	Цена 201,12 рублей		

Повар

Калькулятор

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

МЕНЮ
на « 03 » Июня 2025г.

Бесплатное питание школьников 6-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп гороховый	1/150	120	54-22с
Картофельное пюре	1/120	210	54-1г
Тефтели мясная с соусом	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Итого	Цена 178,35 рублей		

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щерлюк



на « 03 » Июня 2025г.

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь) 3-х
разовое питание

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп гороховый	1/150	120	54-22с
Картофельное пюре	1/120	196	54-1г
Тефтели мясная с соусом	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	111	54-3гн
Полдник			
Вафли	2/18		
Компот из сухофруктов	1/200		
Итого		Цена 222,97 рублей	

Повар

Калькулятор

Утверждаю

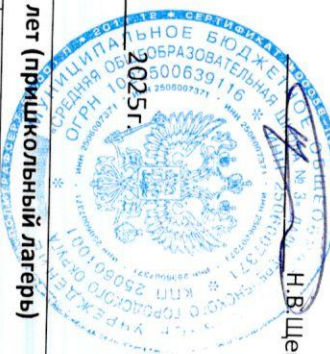
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 04 » Июня

2025г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Блины	2/80	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп Дальневосточный	1/200	120	54-22с
Макароны отварные	1/150	210	54-1г
Рагу из птицы	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 04 » Июня

2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Блины	2/80	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп Дальневосточный	1/150	120	54-22с
Макароны отварные	1/100	210	54-1г
Рагу из птицы	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Цеглюк

МЕНЮ

на « 04 » Июня 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Блины	2/80	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп Дальневосточный	1/150	120	54-22с
Макароны отварные	1/120	210	54-1г
Рагу из птицы	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Полдник			
Шоколадный батончик	1/20		
Чай с сахаром	1/250		
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар

Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 05 » Июня 2025г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Азу	1/180	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Борщ	1/200	120	54-22с
Каша гречневая	1/150	210	54-1г
Купаты	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар
Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 05 » Июня 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Азу	1/150	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Борщ	1/150	120	54-22с
Каша гречневая	1/100	210	54-1г
Купаты	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

На « 05 » июня 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Азу	1/150	284	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Борщ	1/150	120	54-22с
Каша гречневая	1/100	210	54-1г
Купаты	1/80	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Полдник			
Пряник	1/70		
Чай с сахаром	1/250		
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 06 » Июня 2025г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/180	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп сайровый	1/200	120	54-22с
Тушеная картошка	1/150	210	54-1г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Яблоко	1/150	116	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 06 » Июня 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/150	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Компот из сухофруктов	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп сайровый	1/150	120	54-22с
Тушеная картошка	1/150	210	54-1г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Яблоко	1/150	116	54-3гн
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н. В. Цеглюк

МЕНЮ

на « 06 » Июня 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/150	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Компот из сухофруктов	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп сайровый	1/150	120	54-22с
Тушеная картошка	1/150	210	54-1г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Яблоко	1/150	116	54-3гн
Полдник			
Блины	1/80		
Чай с сахаром	1/200		
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

Калькулятор