

на « 16 » Июня

МЕНЮ



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

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/200	233	54-25.1к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/200	176	54-3г
Макароны с тушенкой	1/170	210	54-4м
Салат из свежей капусты	1/60	231	54-8з
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-2гн
Итого	Цена 201,12 рублей		

Повар

на « 16 » Июня

МЕНЮ



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

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/160	233	54-25.1к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/150	176	54-3г
Макароны с тушенкой	1/130	210	54-4м
Салат из свежей капусты	1/60	231	54-8з
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	126	54-2гн
Итого	Цена 178,35 рублей		

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щегляк

МЕНЮ

на « 16 » Июня 2025г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Каша рисовая молочная	1/160	233	54-25.1к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Суп картофельный с крупой гречневой	1/150	176	54-3г
Макароны с тушенкой	1/130	210	54-4м
Салат из свежей капусты	1/60	231	54-83
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Полдник			
Печенье	2/20	85	пром
Компот из сухофруктов	1/260	115	54-1хн
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

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

МЕНЮ

на « 17 » Июня 2025г.



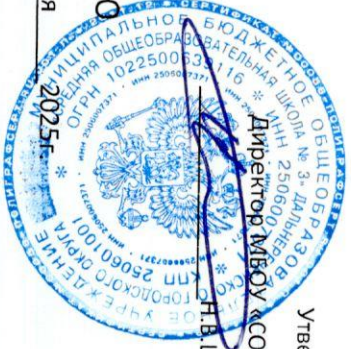
Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/170	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/200	120	54-7с
Овощное рагу	1/150	210	54-9г
Винегрет	1/60		54-1бз
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. Щерлюк

МЕНЮ

на « 17 » 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 картофельный с вермишелью	1/150	120	54-7с
Овощное рагу	1/120	210	54-9г
Винегрет	1/60		54-1бз
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	230	пром
Чай с лимоном	1/200	85	54-3гн
Итого		Цена 178,35 рублей	

Повар
 Калькулятор

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



На « 17 » _____
 _____ 2025г.

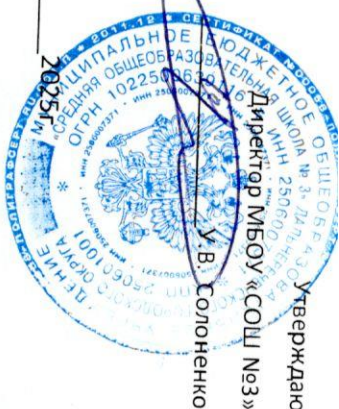
**Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь) 3-х
 разовое питание**

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/150	308	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	6/н
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Суп картофельный с вермишелью	1/150	120	54-7с
Овощное рагу	1/120	210	54-9г
Винегрет	1/60		54-1бз
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	230	пром
Чай с лимоном	1/200	85	54-3гн
Полдник			
Вафли	2/20		
Кисель	1/260		
Итого	Цена 222,97 рублей		

Повар
 Калькулятор

МЕНЮ

на « 18 » 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	б/н
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-3хн
Обед			
Суп картофельный с фрикадельками	1/200	120	54-5с
Каша гречневая	1/150	210	54-4г
Котлета рыбная	1/100	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-2гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар
Калькулятор

МЕНЮ

на « 18 » 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	54-3хн
Обед			
Суп картофельный с фрикадельками	1/150	120	54-5с
Каша гречневая	1/100	210	54-4г
Котлета рыбная	1/100	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	116	54-2гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

У.В. Солоненко



на « 18 » июня 2023 г.

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	54-3хн
Обед			
Суп картофельный с фрикадельками	1/150	120	54-5с
Каша гречневая	1/100	210	54-4г
Котлета рыбная	1/100	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	116	54-2гн
Полдник			
Пирог	2/40		
Чай с сахаром	1/250		
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щерлюк

МЕНЮ

на « 19 » Июня 2025г.



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/120	308	54-1г
Сосиска с соусом	1/90		пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн

Обед

Суп гороховый	1/200	120	54-8с
Картофельное пюре	1/150	210	54-11г
Тефтели с соусом	1/90	230	54-15м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн

Итого Цена 201,12 рублей

Повар

Калькулятор

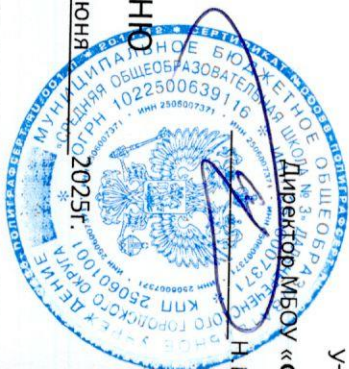
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щерлюк

МЕНЮ

на « 19 » Июня 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	284	54-1г
Сосиска с соусом	1/90		пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн

Обед

Суп гороховый	1/150	120	54-8с
Картофельное пюре	1/100	210	54-11г
Тефтели с соусом	1/90	230	54-15м
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



на « 19 » июня 2025г.

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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/100	284	54-1г
Сосиска с соусом	1/90		пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром			
Обед			
Суп гороховый	1/150	120	54-8с
Картофельное пюре	1/100	210	54-11г
Тефтели с соусом	1/90	230	54-15м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Полдник			
Вафля	2/20		
Сок	1/250		
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 20 » Июня



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/170	308	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Свекольник	1/200	120	54-22с
Голубец с соусом	1/130	210	54-19м
Оливье	1/60		15
Фрукт	1/150	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	116	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 20 » Июня



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/150	284	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Свекольник	1/150	120	54-22с
Голубец с соусом	1/130	210	54-19м
Оливье	1/60		15
Фрукт	1/150	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	116	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щегляк



на « 20 » июня 2025г

МЕНЮ

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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Плов	1/150	284	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	85	54-2гн
Обед			
Свекольник	1/150	120	54-22с
Голубец с соусом	1/130	210	54-19м
Оливье	1/60		15
Фрукт	1/150	230	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	116	54-3гн
Полдник			
Блины	1/80		
Чай с сахаром	1/250		
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар