

МЕНЮ

на « 28 » Июля 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп молочный с вермишелью	1/200	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Печенье	1/20	36	пром
Обед			
Свекольник	1/200	176	22
Каша рисовая	1/120	210	54-6г
Нагетсы с соусом	1/90	231	пром
Огурец свежий	1/40	30	12
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого	Цена 201,12 рублей		

Повар

МЕНЮ

на « 28 » Июля 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп молочный с вермишелью	1/160	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Печенье	1/20	36	пром
Обед			
Свекольник	1/150	176	22
Каша рисовая	1/100	210	54-6г
Нагетсы с соусом	1/90	231	пром
Огурец свежий	1/40	30	12
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого	Цена 178,35 рублей		

Повар

На « 28 » Июля

2025:

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Игнатьев

Утверждаю

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Суп молочный с вермишелью	1/160	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	65	54-3гн
Печенье	1/20	36	пром
Обед			
Свекольник	1/150	176	22
Каша рисовая	1/100	210	54-6г
Наггетсы с соусом	1/90	231	пром
Огурец свежий	1/40	30	12
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Полдник			
Сырник	1/80	85	пром
Чай с лимоном	1/250	115	54-2гн
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар

Утверждаю

МЕНЮ

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

на « 29 » Июля 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/180	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	65	54-3гн
Салат из свежей капусты	1/60	36	пром
Обед			
Рассольник «Ленинградский»	1/200	176	22
Рис отварной	1/150	210	54-6г
Тефеля мясная с соусом	1/90	260	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Утверждаю

МЕНЮ

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Щеглюк

на « 29 » Июля 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/140	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	65	54-3гн
Салат из свежей капусты	1/60	36	пром
Обед			
Рассольник «Ленинградский»	1/160	176	22
Рис отварной	1/120	210	54-6г
Тефеля мясная с соусом	1/90	260	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №3»

Н.В.Церлюк

МЕНЮ

На « 29 » Июля 2025г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/140	233	54-27к
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	65	54-3гн
Салат из свежей капусты	1/60	36	пром
Обед			
Рассольник «Ленинградский»	1/160	176	22
Рис отварной	1/120	210	54-6г
Тефтели мясная с соусом	1/90	260	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Полдник			
Блин со стученой	1/60	85	пром
Чай с лимоном	1/250	115	54-2гн
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Пегляк

МЕНЮ

на « 30 » Июля



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/175	308	пром
Свежий огурец	1/60	30	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	б/н
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп-лапша по - Домашнему	1/180	120	54-22с
Каша гречневая	1/150	210	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/90	230	пром
Винегрет	1/60	93	132
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Пегляк

МЕНЮ

на « 30 » Июля



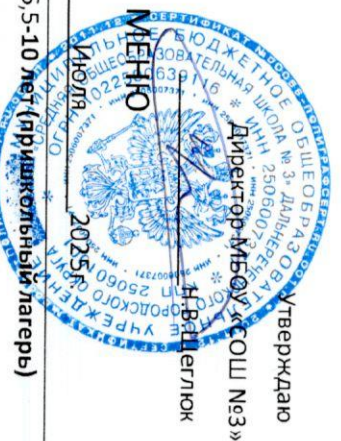
Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/155	284	пром
Свежий огурец	1/60	30	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп – лапша по - Домашнему	1/160	120	54-22с
Каша гречневая	1/120	210	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/110	230	пром
Винегрет	1/60	93	132
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

на « 30 » июля 2025г.

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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Пельмени отварные	1/155	284	пром
Свежий огурец	1/60	30	22
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп – лапша по - Домашнему	1/160	120	54-22с
Каша гречневая	1/120	210	54-1г
Котлета «Геркулесовая» с соусом	1/110	230	пром
Винегрет	1/60	93	132
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Полдник			
Тушеная картошка	1/150	210	54-5м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/200	102	54-2гн
Итого Цена 222,97 рублей			



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

Повар

Калькулятор

Утверждаю

МЕНЮ

на « 31 » Июля



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Шергин

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/160	308	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Овощной салат	1/60	63	14
Обед			
Суп картофельный с крупной гречневой	1/200	120	54-22с
Картофельное пюре	1/150	210	54-19м
Тефеля рыбная с соусом	1/120	185	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

МЕНЮ

на « 31 » Июля



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В. Шергин

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/160	284	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Овощной салат	1/60	63	14
Обед			
Суп картофельный с крупной гречневой	1/160	120	54-22с
Картофельное пюре	1/130	210	54-19м
Тефеля рыбная с соусом	1/120	185	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директора МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Дегляк

МЕНЮ

на « 31 » _____ 2025



Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Ленивый голубец	1/160	284	54-12м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Овощной салат	1/60	63	14
Обед			
Суп картофельный с крупной гречневой	1/160	120	54-22с
Картофельное пюре	1/130	210	54-19м
Тефтели рыбная с соусом	1/120	185	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Полдник			
Вареники	1/130	216	пром
Чай с сахаром	1/250	112	54-2гн
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 01 » Августа



Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Блины со стуженкой	2/70	308	54-1г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп с фрикадельками	1/200	120	54-8с
Овощное рагу	1/170	210	54-11г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Сок	1/200	103	пром
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 01 » Августа



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Блины со стуженкой	2/70	284	54-1г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп с фрикадельками	1/160	120	54-8с
Овощное рагу	1/150	210	54-11г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Сок	1/200	103	пром
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №3»
 Н.В.Цедлюк
 МЕНЮ
 На « 01 » Августа 2025 г.



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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Блины со стущенкой	2/70	284	54-1г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Компот из сухофруктов	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп с фрикадельками	1/160	120	54-8с
Овощное рагу	1/150	210	54-11г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/200	116	54-3гн
Фрукт	1/130	103	пром
Полдник			
Макароны	1/100	112	54-6г
Сосиска отварная с соусом	1/90	183	13
Чай с сахаром	1/200	102	54-2гн
Итого			
Цена 222,97 рублей			

Повар