

Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В.Щербаков

На « 30 » Июня

Утве

питание

Цена 201,12 рублей

Повар

Директор МБОУ «СОШ №3»

на « 30 » Июня

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

22500636116
2025г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 3»
г. Дзержинск, ул. Дзержинского, д. 250
ИНН 2308003771, ОГРН 1022306001009

Пришкольный лагерь) 2-х раз

питание

Цена 178,35 рублей

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щетлюк

МЕНЮ

на « 30 » Июня 2025г.

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	1/200	65	54-3гн
Сыр	1/10	36	пром
Обед			
Свекольник	1/150	176	22
Каша рисовая	1/100	210	54-6г
Наггетсы с соусом	1/90	231	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Полдник			
Блин	1/80	85	пром
Чай с лимоном	1/250	115	54-2гн
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар



МЕНЮ
на « 01 » Июля 2025г.

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

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/200	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
Котлета Геркулесовая с соусом	1/130	260	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар



МЕНЮ
на « 01 » Июля 2025г.

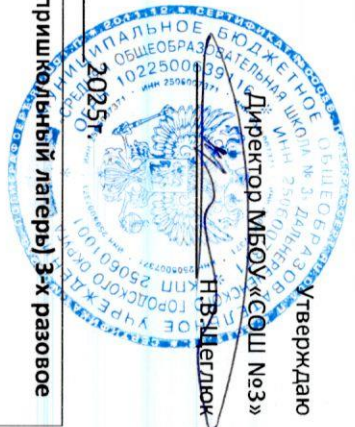
Бесплатное питание школьников 6-10 лет (пришкольный лагерь) 2-х разовое питание

Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/160	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
Котлета Геркулесовая с соусом	1/130	260	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Повар

МЕНЮ

на « 01 » Июля 2025г.



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

Название	Выход	Энергетическая ценность (кКал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны с тушенкой	1/160	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
Котлета Геркулесовая с соусом	1/130	260	пром
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	126	54-3гн
Полдник			
Сырник	1/60	85	пром
Чай с лимоном	1/250	115	54-2гн
Итого	Цена 222,97 рублей		

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 02 » Июля 2025г.



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	6/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 мясная 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
Калыкулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щеглюк

МЕНЮ

на « 02 » 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 мясная 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 178,35 рублей			

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щегляк

МЕНЮ

на « 02 » 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 мясная 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
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			

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 03 » Июля 2025г.



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 крупой гречневой	1/200	120	54-22с
Картофельное пюре	1/150	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
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар

Калькулятор

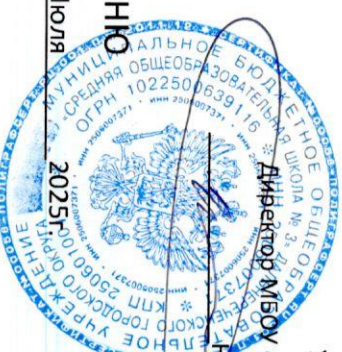
Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В. Щеглюк

МЕНЮ

на « 03 » Июля 2025г.



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 крупой 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
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директора МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щегалюк



на « 03 » Июля 2025 г.

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
Тефтеля рыбная с соусом	1/120	185	15
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	116	54-3гн
Полдник			
Вареники	1/150	216	пром
Чай с сахаром	1/250	112	54-2гн
Итого Цена 222,97 рублей			

Повар

Утверждаю

МЕНЮ

на « 04 » Июля 2025г.



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В.Цетлюк

Бесплатное питание школьников 11-15 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/160	308	54-1г
Оладьи печеночные с соусом	1/90	224	54-31м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	1/250	85	54-2гн
Обед			
Суп с фрикадельками	1/200	120	54-8с
Овощное рагу	1/150	210	54-11г
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с лимоном	1/250	116	54-3гн
Груша	1/170	103	пром
Итого			
Цена 201,12 рублей			

Повар
Калькулятор

Утверждаю

МЕНЮ

на « 04 » Июля 2025г.



Директор МБОУ «СОШ №3»
Н.В.Цетлюк

Бесплатное питание школьников 6,5-10 лет (пришкольный лагерь)			
Название	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/130	284	54-1г
Оладьи печеночные с соусом	1/90	224	54-31м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	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
Груша	1/170	103	пром
Итого			
Цена 178,35 рублей			

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №3»

Н.В.Щерлюк

на « 04 » июля

2025г.

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

Название	Выход	Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак			
Макароны отварные	1/130	284	54-1г
Оладьи печеночные с соусом	1/90	224	54-31м
Хлеб ржано-пшеничный	1/40	85	пром
Чай с сахаром	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
Груша	1/170	103	пром
Полдник			
Рис отварной	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