

**Меню основного (организованного) питания  
для обучающихся, питающихся за бюджетные средства**

№	Наименование блюда	Выход (г, мл, шт.)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов (на 152 руб.)</b>				
1	Котлета из говядины и цыплят	90	83,76	116
2	Макаронные изделия отварные	150	15,46	176
3	Соус томатный «Помидорка»	30	8,37	23
4	Чай с сахаром 200/10	210	3,78	36
5	Булочка домашняя	50	7,47	176
6	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	15	2,00	25
7	Свежие фрукты (мандарины)	80	31,16	26
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>152,00</b>	<b>578</b>
<b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 378 руб.)</b>				
<b>Завтрак</b>				
1	Котлета из говядины и цыплят	90	83,76	116
2	Макаронные изделия отварные	150	15,46	176
3	Соус томатный «Помидорка»	30	8,37	23
4	Чай с сахаром 200/10	210	3,78	36
5	Булочка домашняя	50	7,47	176
6	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	15	2,00	25
7	Свежие фрукты (мандарины)	80	31,16	26
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>31,16</b>	<b>26</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1547</b>	<b>378,00</b>	<b>1421</b>
<b>Обед</b>				
1	Сельдь с луком 30/20/10 с заправкой	60	47,20	69
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	20,10	80
3	Сметана	10	4,55	13
4	Зелень укропа, петрушки свежая	2	1,46	1
5	Сердце тушенное в соусе 60/60	120	72,07	154
6	Картофель отварной	150	24,62	128
7	Напиток из плодов шиповника	200	16,47	59
8	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	30	4,00	50
9	Пирог манный с сахарной пудрой	100	35,53	289
	<b>Итого:</b>	<b>922</b>		<b>843</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1547</b>	<b>378,00</b>	<b>1421</b>
<b>Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 378 руб.)</b>				
<b>Завтрак</b>				
1	Котлета из грудки цыплят м.с	100	65,49	179
2	Макаронные изделия отварные	180	18,63	212
3	Соус томатный «Помидорка»	30	8,37	23
4	Чай с сахаром 200/10	210	3,78	36
5	Булочка домашняя	50	7,47	176
6	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	30	4,00	50
7	Свежие фрукты (мандарины)	80	31,16	26
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>		<b>702</b>
<b>Обед</b>				
1	Сельдь с луком, зеленым горошком 30/30/30/10 с заправкой	100	64,95	83
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	20,10	80
3	Сердце тушенное в соусе 60/60	120	72,02	151
4	Картофель отварной	180	29,56	153
5	Напиток из плодов шиповника	200	16,47	59
6	Мучное кондитерское изделие без крема (кекс)	50	28,00	209
7	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	60	8,00	100
	<b>Итого:</b>	<b>960</b>		<b>835</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1640</b>	<b>378,00</b>	<b>1537</b>
<b>Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 45,76 руб)</b>				
1	Корж яблочный	50	30,72	188
2	Кофейный напиток с молоком	200	15,04	70
	<b>Итого:</b>	<b>45,76</b>		<b>258</b>

Директор МБОУ "  
Зав. производством:  
Экономист по ценам

*И. В. Шелекина*  
*И. В. Шелекина*

**Меню основного (организованного) питания  
для обучающихся, питающихся за бюджетные средства**

№	Наименование блюда	Выход (г, мл, шт.)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов (на 152 руб.)</b>				
1	Котлета из говядины и цыплят	90	83,76	116
2	Макаронные изделия отварные	150	15,46	176
3	Соус томатный «Помидорка»	30	8,37	23
4	Чай с сахаром 200/10	210	3,78	36
5	Булочка домашняя	50	7,47	176
6	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	15	2,00	25
7	Свежие фрукты (мандарины)	80	31,16	26
<b>Итого:</b>		<b>625</b>	<b>152,00</b>	<b>578</b>
<b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 378 руб.)</b>				
<b>Обед</b>				
1	Сельдь с луком, зеленым горошком 30/30/15/10 с заправкой	85	56,31	78
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	20,10	80
3	Сметана	10	4,55	13
4	Зелень укропа, петрушки свежая	2	1,46	1
5	Говядина в кисло-сладком соусе 50/50	100	114,09	222
6	Картофель отварной	150	24,62	128
7	Напиток из плодов шиповника	200	16,47	59
8	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	30	4,00	50
9	Пирог манный с сахарной пудрой	100	35,53	289
<b>Итого:</b>		<b>927</b>	<b>378,00</b>	<b>920</b>
<b>Полдник</b>				
1	Ряженка	200	38,02	119
2	Булочка «Лакомка»	70	9,41	203
3	Фрукты свежие (бананы)	180	53,44	163
<b>Итого:</b>		<b>450</b>	<b>100,87</b>	<b>485</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1377</b>	<b>378,00</b>	<b>1405</b>
<b>Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 378 руб.)</b>				
<b>Обед</b>				
1	Сельдь с луком, зеленым горошком 30/30/30/10 с заправкой	100	64,95	83
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	20,10	80
3	Говядина отварная (для первых блюд)	20	40,65	57
4	Сердце тушенное в соусе 60/60	120	72,07	151
5	Картофель отварной	180	29,56	153
6	Напиток из плодов шиповника	200	16,47	59
7	Пирог манный с сахарной пудрой	70	25,33	203
8	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	60	8,00	100
<b>Итого:</b>		<b>1000</b>	<b>378,00</b>	<b>886</b>
<b>Полдник</b>				
1	Ряженка	200	38,02	119
2	Булочка «Лакомка»	70	9,41	203
3	Фрукты свежие (бананы)	180	53,44	163
<b>Итого:</b>		<b>450</b>	<b>100,87</b>	<b>485</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1450</b>	<b>378,00</b>	<b>1371</b>
<b>Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 45,76 руб.)</b>				
1	Корж яблочный	50	30,72	188
2	Кофейный напиток с молоком	200	15,04	70
<b>Итого:</b>		<b>250</b>	<b>45,76</b>	<b>258</b>


Директор МБОУ "СШ № 3"  
Зав. производством:  
Экономист по ценам:

*М.В. Мещерякова*  
*М.И. Мещерякова*

**Меню основного (организованного) питания**  
для обучающихся, питающихся за счет бюджетных средств и родительской платы

№	Наименование блюда	Выход (г, мл, шт.)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак для обучающихся 5-11 классов</b>				
1	Кукуруза консервированная порциями	20	16,03	13
2	Котлета из грудки цыплят м.с	100	63,49	179
3	Макаронные изделия отварные	180	18,63	212
4	Соус томатный «Помидорка»	30	8,37	23
5	Чай с сахаром 200/10	210	3,78	36
6	Булочка домашняя	50	7,47	176
7	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	30	4,00	50
	<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>123,77</b>	<b>689</b>
<b>Обед для обучающихся 5-11 классов</b>				
1	Салат «Зимний» с маслом растительным	100	26,74	165
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	20,10	80
3	Сердце тушенное в соусе 60/60	120	72,07	151
4	Картофель отварной	180	29,56	153
5	Напиток из плодов шиповника	200	16,47	59
6	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	60	8,00	100
7	Хлебушек школьный (из пшеничной муки)	30	4,00	62
8	Печенье	30	14,84	143
	<b>Итого:</b>	<b>970</b>	<b>191,78</b>	<b>913</b>
<b>Обед для обучающихся 1-4 классов ГПД</b>				
1	Салат «Зимний» с маслом растительным	80	21,44	132
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	16,08	64
3	Сердце тушенное в соусе 50/50	100	60,02	129
4	Картофель отварной	150	24,62	128
5	Напиток из плодов шиповника	200	16,47	59
6	Хлеб «Полезный» из ржано-пшеничной муки	30	4,00	50
7	Булочка молочная	50	6,04	125
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>148,67</b>	<b>687</b>
<b>Полдник</b>				
1	Конвертик с сыром	100	37,74	285
2	Чай с молоком натуральным 150/50/10	210	11,72	58
	<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>49,46</b>	<b>343</b>

Директор МБОУ "СШ № 3"  
Зав. производством:  
Экономист по ценам:


  
 М.В. Мележикова  
 М.И. Мележикова