

000

АБВГД

Столовая МБОУ "СШ № 3"  
" 29 " 09 2022 г.Ин40  
1 смена

**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 140 руб.)</b>                     |   |                    |               |                                |
| 1  | Запеканка из творога                      | 150                | 107,88        | 308                            |
| 2  | Соус из яблок и кураги                    | 30                 | 4,18          | 24                             |
| 3  | Чай с сахаром 200/10                      | 210                | 3,78          | 36                             |
| 4  | Булочка домашняя                          | 50                 | 5,93          | 176                            |
| 5  | Арбуз порциями                            | 170                | 18,23         | 43                             |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>610</b>         | <b>140,00</b> | <b>587</b>                     |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 350 руб.)</b>  |   |                    |               |                                |
| <b>Завтрак</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Запеканка из творога                      | 150                | 107,88        | 308                            |
| 2  | Соус из яблок и кураги                    | 30                 | 4,18          | 24                             |
| 3  | Чай с сахаром 200/10                      | 210                | 3,78          | 36                             |
| 4  | Булочка домашняя                          | 50                 | 5,93          | 176                            |
| 5  | Арбуз порциями                            | 170                | 18,23         | 43                             |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>610</b>         |               | <b>587</b>                     |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Перец сладкий порциями                    | 60                 | 19,82         | 14                             |
| 2  | Суп из овощей с фасолью                   | 250                | 20,62         | 87                             |
| 3  | Говядина отварная (для первых блюд)       | 20                 | 40,65         | 57                             |
| 4  | Сметана                                   | 10                 | 4,55          | 13                             |
| 5  | Зелень укропа, петрушки свежая            | 3                  | 2,20          | 1                              |
| 6  | Плов из мясо 50/150                       | 200                | 72,11         | 409                            |
| 7  | Напиток клюквенно-брусничный              | 200                | 22,62         | 58                             |
| 8  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60                 | 8,00          | 100                            |
| 9  | Мармелад                                  | 35                 | 19,43         | 106                            |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>838</b>         |               | <b>845</b>                     |
|  | <b>Итого за день:</b>                     | <b>1448</b>        | <b>350,00</b> | <b>1432</b>                    |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 350 руб.)</b> |   |                    |               |                                |
| <b>Завтрак</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Запеканка из творога                      | 200                | 143,83        | 411                            |
| 2  | Соус из яблок и кураги                    | 30                 | 4,18          | 24                             |
| 3  | Чай с сахаром 200/10                      | 210                | 3,78          | 36                             |
| 4  | Булочка домашняя                          | 50                 | 5,93          | 176                            |
| 5  | Арбуз порциями                            | 170                | 18,23         | 43                             |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>660</b>         |               | <b>690</b>                     |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Маринад овощной с томатом                 | 100                | 16,29         | 123                            |
| 2  | Суп из овощей с фасолью                   | 250                | 20,62         | 86                             |
| 3  | Сметана                                   | 10                 | 4,55          | 13                             |
| 4  | Зелень укропа, петрушки свежая            | 3                  | 2,20          | 1                              |
| 5  | Говядина отварная (для первых блюд)       | 15                 | 30,49         | 43                             |
| 6  | Плов из мясо 50/180                       | 230                | 77,47         | 460                            |
| 7  | Напиток из черной смородины               | 200                | 10,43         | 45                             |
| 8  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60                 | 8,00          | 100                            |
| 9  | Хлебушек школьный (из пшеничной муки)     | 30                 | 4,00          | 62                             |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>898</b>         |               | <b>933</b>                     |
|  | <b>Итого за день:</b>                     | <b>1558</b>        | <b>350,00</b> | <b>1623</b>                    |
| <b>Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 45,76 руб)</b>                            |   |                    |               |                                |
| 1  | Печенье                                   | 25                 | 13,49         | 119                            |
| 2  | Чай с сахаром 200/10                      | 210                | 3,78          | 36                             |
| 3  | Фрукты свежие (яблоки)                    | 1шт                | 28,49         | 47                             |
|  | <b>Итого:</b>                             |                    | <b>45,76</b>  | <b>202</b>                     |

Директор МБОУ "  
Зав. производством:  
Экономист по ценам

*Горюхов Н.И.*  
*Черемных*  
*Сидорова*



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 140 руб.)</b>                     |   |                    |               |                                |
| 1  | Запеканка из творога                      | 150                | 107,88        | 308                            |
| 2  | Соус из яблок и кураги                    | 30                 | 4,18          | 24                             |
| 3  | Чай с сахаром 200/10                      | 210                | 3,78          | 36                             |
| 4  | Булочка домашняя                          | 50                 | 5,93          | 176                            |
| 5  | Арбуз порциями                            | 170                | 18,23         | 43                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>610</b>         | <b>140,00</b> | <b>587</b>                     |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 350 руб.)</b>  |   |                    |               |                                |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Перец сладкий порциями                    | 60                 | 19,82         | 14                             |
| 2  | Суп из овощей с фасолью                   | 250                | 20,62         | 86                             |
| 3  | Говядина отварная (для первых блюд)       | 20                 | 40,65         | 57                             |
| 4  | Сметана                                   | 10                 | 4,55          | 13                             |
| 5  | Зелень укропа, петрушки свежая            | 3                  | 2,20          | 1                              |
| 6  | Плов из мяса 50/150                       | 200                | 72,11         | 409                            |
| 7  | Напиток клюквенно-брусничьй               | 200                | 22,62         | 58                             |
| 8  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60                 | 8,00          | 100                            |
| 9  | Мармелад                                  | 35                 | 19,43         | 106                            |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>838</b>         |               | <b>844</b>                     |
| <b>Полдник</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Запеканка из творога                      | 150                | 107,88        | 308                            |
| 2  | Соус ягодный                              | 35                 | 18,80         | 79                             |
| 3  | Чай с лимоном 200/10/7                    | 217                | 7,39          | 37                             |
| 4  | Булочка домашняя                          | 50                 | 5,93          | 176                            |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>452</b>         |               | <b>600</b>                     |
| <b>Итого за день:</b>  |   | <b>1290</b>        | <b>350,00</b> | <b>1444</b>                    |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 350 руб.)</b> |   |                    |               |                                |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Маринад овощной с томатом                 | 100                | 16,29         | 123                            |
| 2  | Суп из овощей с фасолью                   | 250                | 20,62         | 86                             |
| 3  | Говядина отварная (для первых блюд)       | 15                 | 30,49         | 43                             |
| 4  | Сметана                                   | 10                 | 4,55          | 13                             |
| 5  | Зелень укропа, петрушки свежая            | 3                  | 2,20          | 1                              |
| 6  | Плов из мяса 50/180                       | 230                | 77,47         | 460                            |
| 7  | Напиток из черной смородины               | 200                | 10,43         | 45                             |
| 8  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60                 | 8             | 100                            |
| 9  | Хлебешек школьный (из пшеничной муки)     | 30                 | 4,00          | 62                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>898</b>         |               | <b>933</b>                     |
| <b>Полдник</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Запеканка из творога                      | 200                | 143,83        | 411                            |
| 2  | Соус ягодный                              | 30                 | 18,50         | 68                             |
| 3  | Чай с лимоном 200/10/7                    | 217                | 7,39          | 37                             |
| 4  | Булочка домашняя                          | 50                 | 5,93          | 176                            |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>497</b>         |               | <b>692</b>                     |
| <b>Итого за день:</b>  |   | <b>1395</b>        | <b>350,00</b> | <b>1625</b>                    |
| <b>Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 45,76 руб.)</b>                           |   |                    |               |                                |
| 1  | Печенье                                   | 25                 | 13,49         | 119                            |
| 2  | Чай с сахаром 200/10                      | 210                | 3,78          | 36                             |
| 3  | Фрукты свежие (яблоки)                    | 1шт                | 28,49         | 47                             |
| <b>Итого:</b>  |   |                    | <b>45,76</b>  | <b>202</b>                     |

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

*Григорьев Н.И.*  
*Григорьев Н.И.*  
*Григорьев Н.И.*



000

Столовая

МБОУ "СШ № 3"

2022 г.

Ин40

**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   | Запеканка из творога                        | 200                | 143,83        | 411                            |
| 2   | Соус из яблок и кураги                      | 30                 | 4,18          | 24                             |
| 3   | Чай с сахаром 200/10                        | 210                | 3,78          | 36                             |
| 4   | Булочка домашняя                            | 50                 | 5,93          | 176                            |
| 5   | Арбуз порциями                              | 170                | 18,23         | 43                             |
|   | <b>Итого:</b>                               | <b>660</b>         | <b>175,95</b> | <b>690</b>                     |
| <b>Обед для обучающихся 5-11 классов</b>    |   |                    |               |                                |
| 1   | Маринад овощной с томатом                   | 100                | 16,29         | 123                            |
| 2   | Суп из овощей с фасолью                     | 250                | 20,62         | 86                             |
|   | Сметана                                     | 5                  | 2,27          | 7                              |
| 3   | Плов из мясо 50/180                         | 230                | 77,47         | 460                            |
| 4   | Напиток из черной смородины                 | 200                | 10,43         | 45                             |
| 5   | Хлеб «Полезный» (из ржаного-пшеничной муки) | 60                 | 8,00          | 100                            |
| 6   | Хлебешек школьный (из пшеничной муки)       | 30                 | 4,00          | 62                             |
|   | <b>Итого:</b>                               | <b>875</b>         | <b>139,08</b> | <b>883</b>                     |
| <b>Обед для обучающихся 1-4 классов ГПД</b> |   |                    |               |                                |
| 1   | Томаты свежие порциями                      | 60                 | 15,20         | 12                             |
| 2   | Суп из овощей с фасолью                     | 200                | 16,50         | 69                             |
| 3   | Плов из мясо 50/150                         | 200                | 72,11         | 409                            |
| 4   | Напиток из черной смородины                 | 200                | 10,43         | 45                             |
| 5   | Хлеб «Полезный» (из ржаного-пшеничной муки) | 30                 | 4,00          | 50                             |
| 6   | Хлебешек школьный (из пшеничной муки)       | 30                 | 4,00          | 62                             |
|   | <b>Итого:</b>                               | <b>720</b>         | <b>122,24</b> | <b>647</b>                     |
| <b>Полдник</b>                              |   |                    |               |                                |
| 1   | Лепешка сметанная                           | 80                 | 15,65         | 254                            |
| 2   | Йогурт питьевой клубничный                  | 180                | 36,58         | 103                            |
|   | <b>Итого:</b>                               | <b>260</b>         | <b>52,23</b>  | <b>357</b>                     |

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

*С.С. Смирнова Н.И.*  
*А.А. Дурасова*  
*И.В. Смирнова*

