



7 День

Согласовано
Директор школы

СООШ №3

10.06.2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
11,60	11,48	71,29	435,00	150/30	Оладьи с повидлом (джемом)	28,93
4,08	3,54	17,58	118,60	200	Какао с молоком	20,76
15,68	15,02	88,87	553,60	380	Итого:	49,69
Обед						
5,49	4,27	16,54	148,25	250	Суп картофельный с горохом	14,79
29,65	15,15	16,90	207,00	90	Котлета школьная	64,11
6,36	6,75	35,33	228,00	150/5	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	12,71
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
1,16	0,30	47,26	196,38	200	Компот из яблок	5,68
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
46,02	26,99	167,07	1005,19	765	Итого:	102,82
61,70	42,01	255,94	1558,79	1145	ВСЕГО:	152,51

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

8 День

Согласовано
Директор школы

11.06 2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
7,50	12,90	51,13	350,00	200/5	Каша молочная из манной крупы	24,25
0,60	0,60	14,70	70,50	200	Чай с сахаром	2,52
5,80	8,30	14,83	157,00	30/10	Хлеб пшеничный с сыром	16,11
13,90	21,80	80,66	577,50	445	Итого:	42,88
Обед						
1,80	4,92	10,93	103,75	250	Борщ с капустой и картофелем	17,34
15,70	15,08	14,65	257,40	90	Котлета рубленая из мяса птицы	48,64
0,66	0,10	31,98	132,78	150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом сливочным	13,48
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
1,16	0,30	47,26	196,38	200	Компот из сухофруктов	8,56
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
22,68	20,92	155,86	915,87	760	Итого:	93,55
36,58	42,72	236,52	1493,37	1205	ВСЕГО:	136,43

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

9 день

Согласовано
Директор школы

16.06 2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
7,50	12,90	51,13	350,00	200/5	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	28,92
0,65	0,58	15,20	74,68	200	Чай с сахаром и лимоном	4,52
2,36	7,49	14,89	136,00	30/10	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	17,47
10,51	20,97	81,22	560,68	445	Итого:	50,91
Обед						
5,49	4,27	16,54	148,25	250	Суп картофельный с горохом	14,79
15,70	15,08	14,65	257,40	90	Котлета рубленая из мяса птицы	48,64
6,36	6,75	35,33	228,00	150/5	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	12,71
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
0,24	0,14	27,84	115,00	200	Компот из ягод свежемороженных	18,34
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
31,15	26,76	145,40	974,21	765	Итого:	100,01
41,66	47,73	226,62	1534,89	1210	ВСЕГО:	150,92

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

10 День

Согласовано
Директор школы

СОШ № 3 17.00. 2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
11,60	11,48	71,29	435,00	150/30	Оладьи с повидлом (джемом)	28,93
0,60	0,60	14,70	70,50	200	Чай с сахаром	2,52
12,20	12,08	85,99	505,50	380	Итого:	31,45
Обед						
7,69	9,60	27,45	178,12	250	Суп с макаронными изделиями	12,57
29,65	15,15	16,90	207,00	90	Котлета школьная	64,11
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
6,60	5,73	37,88	229,50	150/5	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	15,75
1,16	0,30	47,26	196,38	200	Компот из сухофруктов	8,56
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
48,46	31,30	180,53	1036,56	765	Итого:	106,52
60,66	43,38	266,52	1542,06	1145	ВСЕГО:	137,97

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

11 День

Согласовано
Директор школы

СОШ №3

18.06

2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
7,50	12,90	51,13	350,00	200/5	Каша молочная из манной крупы	24,25
4,08	3,54	17,58	118,60	200	Какао с молоком	20,76
5,80	8,30	14,83	157,00	30/10	Хлеб пшеничный с сыром	16,11
17,38	24,74	83,54	625,60	445	Итого:	61,12
Обед						
1,80	4,92	10,93	103,75	250	Борщ с капустой и картофелем	17,34
15,01	22,34	5,70	453,60	90	Кнели из мякоти птиц	61,38
0,66	0,10	31,98	132,78	150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом сливочным	13,48
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
1,16	0,30	47,26	196,38	200	Компот из яблок	5,68
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
21,99	28,18	146,91	1112,07	760	Итого:	103,41
39,37	52,92	230,45	1737,67	1205	ВСЕГО:	164,53

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

12 день

Согласовано
Директор школыМБОУ №3
«СОШ №3»
ИМОСК

19.06

2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
7,50	12,90	51,13	350,00	200/5	Каша вязкая молочная гречневая	27,88
0,65	0,58	15,20	74,68	200	Чай с сахаром и лимоном	4,52
2,36	7,49	14,89	136,00	30/10	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	17,47
10,51	20,97	81,22	560,68	445	Итого:	49,87
Обед						
5,49	4,27	16,54	148,25	250	Суп картофельный с горохом	14,79
15,70	15,08	14,65	257,40	90	Котлета рыбная	32,86
3,16	4,97	21,12	141,83	150	Пюре картофельное	28,59
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
5,00	0,00	101,00	424,00	200	Сок фруктовый, ягодный	19,52
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
32,71	24,84	204,35	1197,04	760	Итого:	101,29
43,22	45,81	285,57	1757,72	1205	ВСЕГО:	151,16

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

13 день

Согласовано
Директор школы

СОШ № 3

20.06

2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
17,53	16,88	98,20	458,47	120	Омлет натуральный	48,16
1,10	0,16	53,30	221,30	60	Овощи сезонные (огурцы)	15,6
0,60	0,60	14,70	70,50	200	Чай с сахаром	2,52
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
20,81	17,84	175,86	797,07	400	Итого :	68,33
Обед						
2,02	5,09	11,98	107,25	250	Рассольник	20,66
22,72	27,29	41,92	401,28	240	Плов из птицы	65,68
1,16	0,30	47,26	196,38	200	Компот из сухофруктов	8,56
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
28,60	33,10	120,22	797,69	730	Итого :	99,25
49,42	50,94	296,09	1594,76	1130	Всего:	167,58

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

15 День

Согласовано
Директор школы

24.06

2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
11,60	11,48	71,29	435,00	150/30	Оладьи с повидлом (джемом)	28,93
0,65	0,58	15,20	74,68	200	Чай с сахаром и лимоном	4,52
12,25	12,06	86,49	509,68	380	Итого:	33,45
Обед						
5,49	4,27	16,54	148,25	250	Суп картофельный с горохом	14,79
29,65	15,15	16,90	207,00	90	Фрикаделька рыбная	32,33
3,16	4,97	21,12	141,83	150	Пюре картофельное	28,59
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
5,00	0,00	101,00	424,00	200	Сок фруктовый, ягодный	19,52
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
46,66	24,91	206,60	1146,64	760	Итого:	100,76
58,91	36,97	293,09	1656,32	1140	ВСЕГО:	134,21

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

4 день

Согласовано
Директор школы

СОШ № 3

25.06

2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
11,60	11,48	71,29	435,00	150/30	Оладьи с повидлом (джемом)	28,93
4,08	3,54	17,58	118,60	200	Какао с молоком	20,76
15,68	15,02	88,87	553,60	380	Итого:	49,69
Обед						
1,80	4,92	10,93	103,75	250	Борщ с капустой и картофелем	17,34
7,82	6,59	11,22	135,00	90	Котлета рыбная	32,86
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
3,16	4,97	21,12	141,83	150	Пюре картофельное	28,59
5,00	0,00	101,00	424,00	200	Сок фруктовый, ягодный	19,52
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
21,14	17,00	195,31	1030,14	760	Итого:	103,84
36,82	146,50	284,18	1583,74	1140	Всего:	153,53

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

5 день

Согласовано
Директор школы

СОШ № 3

26.06

2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
17,53	16,88	98,20	458,47	120	Омлет натуральный	48,16
1,10	0,16	53,30	221,30	60	Овощи сезонные (огурцы)	15,6
0,60	0,60	14,70	70,50	200	Чай с сахаром	2,52
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
20,81	17,84	175,86	797,07	400	Итого :	68,33
Обед						
5,49	4,27	16,54	148,25	250	Суп картофельный с горохом	14,79
22,72	27,29	41,92	401,28	240	Плов из птицы	65,68
1,16	0,30	47,26	196,38	200	Компот из яблок	5,68
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
32,07	32,28	124,78	838,69	780	Итого :	90,50
52,89	50,12	300,65	1635,76	1180	Всего:	158,83

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

6 день

Согласовано
Директор школы

СОШ №3

27.06.2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
7,50	12,90	51,13	350,00	200/5	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	28,92
0,65	0,58	15,20	74,68	200	Чай с сахаром и лимоном	4,52
2,36	7,49	14,89	136,00	30/10	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	17,47
10,51	20,97	81,22	560,68	445	Итого:	50,91
Обед						
7,69	9,60	27,45	178,12	250	Суп с макаронными изделиями	12,57
15,01	22,34	5,70	453,60	90	Кнели из мякоти птиц	61,38
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
6,60	5,73	37,88	229,50	150/5	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	15,75
0,24	0,14	27,84	115,00	200	Компот из ягод свежемороженных	18,34
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
32,90	38,33	149,91	1201,78	765	Итого:	113,57
43,41	59,30	231,13	1762,46	1210	ВСЕГО:	164,48

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова

3 день

Согласовано
Директор школы

СОШ № 3

02.07.2025

МЕНЮ

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
Завтрак						
7,50	12,90	51,13	350,00	200/5	Каша молочная из манной крупы	24,25
0,60	0,60	14,70	70,50	200	Чай с сахаром	2,52
2,36	7,49	14,89	136,00	30/10	Хлеб пшеничный с маслом	17,47
10,46	20,99	80,72	556,50	445	Итого:	44,24
Обед						
2,02	5,09	11,98	107,25	250	Рассольник	20,66
15,01	22,34	5,70	453,60	90	Кнели из мякоти птиц	61,38
0,66	0,10	31,98	132,78	150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом сливочным	13,48
0,66	0,10	31,98	132,78	30	Соус красный основной	1,18
0,24	0,14	27,84	115,00	200	Компот из ягод свежемороженых	18,34
1,58	0,20	9,66	46,80	20	Хлеб пшеничный	2,05
1,12	0,22	9,40	45,98	20	Хлеб обогащенный	2,30
21,29	28,19	128,54	1034,19	760	Итого:	119,39
31,75	49,18	209,26	1590,69	1205	Всего:	163,63

Индивидуальный предприниматель



Е.В.Петрова