

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ №3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ №3

Н.А. Величко

МЕНЮ на 04.03.2025г.

Неделя:3 День:12

(7 - 11 лет)

Завтрак (Полдник для 2 смены)

| Раздел меню | № рецеп. | Наименование блюда                                                               | Вес блюда(г) | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность(кка<br>л) | Цена<br>руб.коп. |
|-------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|------------------|
| гор.блюдо   | 294/М    | Биточки рубленные из куриного филе                                               | 90           | 14,3         | 6,86         | 9,58         | 349,2                      | 71,68            |
| гор.блюдо   | 309/М    | Макаронные изделия отварные 25.94 руб, огурцы консервированные 40,84 руб. 150/30 | 180          | 5,74         | 4,53         | 26,91        | 171,5                      | 66,78            |
| гор.напиток | 376/М    | Чай с сахаром                                                                    | 200          | 0,07         | 0,02         | 15           | 60                         | 3,88             |
| хлеб        |          | Хлеб пшеничный заливной                                                          | 40           | 2,1          | 0,2          | 11,56        | 56,32                      | 6,8              |
|             |          | <b>Итого:</b>                                                                    | <b>510</b>   | <b>22,21</b> | <b>11,61</b> | <b>63,05</b> | <b>637,02</b>              | <b>149,14</b>    |

Обед

|            |       |                                                 |            |              |              |              |               |               |
|------------|-------|-------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| закуска    | 24/М  | Салат из свежих помидоров и огурцов             | 60         | 0,58         | 3,65         | 2,18         | 42,42         | 26,02         |
| 1 блюдо    | 103/М | Суп картофельный с макаронными изделиями 200/15 | 215        | 4,33         | 8,83         | 16,78        | 159,22        | 32,55         |
| 2 блюдо    | 229/М | Рыба тушеная в томате с овощами                 | 90         | 8,78         | 4,46         | 3,42         | 94,5          | 47,75         |
| гарнир     | 305/М | Рис припущенный                                 | 150        | 3,6          | 4,3          | 36,7         | 200,5         | 29,6          |
| напиток    | 342/М | Компот из свежемороженой ягоды смородины        | 200        | 0,2          | 0,08         | 12,44        | 52,69         | 20,82         |
| хлеб бел.  |       | Хлеб пшеничный заливной                         | 20         | 1,05         | 0,1          | 5,78         | 28,16         | 3,4           |
| хлеб черн. |       | Хлеб ржано-пшеничный                            | 50         | 4,05         | 0,50         | 26,10        | 121,00        | 7,08          |
|            |       | <b>Итого:</b>                                   | <b>785</b> | <b>22,59</b> | <b>21,92</b> | <b>103,4</b> | <b>698,49</b> | <b>167,22</b> |

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:



МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Н.А. Величко



**М Е Н Ю** на 04.03.2025г.  
(12лет и старше)

Неделя:3 День:12

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рецеп.       | Наименование блюда                                                                | Вес блюда(г) | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы | Калорийн<br>ость(ккал) | Цена<br>руб.коп. |
|-------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------------|------------------|
| гор.блюдо   | 394/М          | Биточки рубленые из куриного филе                                                 | 100          | 15,8         | 7,6          | 10,6         | 388                    | 79,64            |
| гор.блюдо   | 309/М.<br>70/М | Макаронные изделия отварные 31,13 руб., огурцы консервированные 40,84 руб, 180/30 | 210          | 6,84         | 5,43         | 32,19        | 205,2                  | 71,97            |
| гор.напиток | 376/М          | Чай с сахаром                                                                     | 200          | 0,07         | 0            | 15,00        | 60,00                  | 3,88             |
| хлеб        |                | Хлеб пшеничный                                                                    | 40           | 2,1          | 0,2          | 11,56        | 56,00                  | 6,8              |
|             |                | <b>Итого:</b>                                                                     | <b>550</b>   | <b>24,81</b> | <b>13,23</b> | <b>69,35</b> | <b>709,2</b>           | <b>162,29</b>    |

**Обед**

|            |       |                                                 |            |              |              |               |               |               |
|------------|-------|-------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| закуска    | 24/М  | Салат из свежих помидоров и огурцов             | 100        | 1,27         | 3,19         | 4,52          | 53,07         | 43,37         |
| 1 блюдо    | 103/М | Суп картофельный с макаронными изделиями 250/15 | 265        | 4,9          | 5,93         | 20,94         | 152,08        | 36,65         |
| 2 блюдо    | 229/М | Рыба тушеная в томате с овощами                 | 100        | 9,75         | 4,95         | 3,8           | 105,00        | 53,06         |
| гарнир     | 305/М | Рис припущенный                                 | 180        | 4,32         | 5,16         | 44,04         | 240,6         | 35,52         |
| напиток    | 342/М | Компот из свежемороженной ягоды смородины       | 200        | 0,2          | 0,08         | 12,44         | 52,69         | 20,82         |
| хлеб бел.  |       | Хлеб пшеничный заливной                         | 30         | 1,57         | 0,15         | 8,67          | 42,24         | 5,1           |
| хлеб черн. |       | Хлеб ржано-пшеничный                            | 60         | 4,86         | 0,6          | 31,32         | 145,2         | 8,5           |
|            |       | <b>Итого:</b>                                   | <b>935</b> | <b>26,87</b> | <b>20,06</b> | <b>125,73</b> | <b>790,88</b> | <b>203,02</b> |

Директор: *Величко*

Зав.производством: *Вурман*

Бухгалтер: *74*