

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:

Директор МБОУ СШ № 3

Н.А. Величко

**МЕНЮ на 03.03.2025г.**

Неделя: 3 День: 11

(7 - 11 лет)

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рец.        | Наименование блюда                                                                                             | Вес<br>блюда(г) | Белки        | Жиры        | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность(кка<br>л) | Цена<br>руб.коп. |
|-------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|----------------------------|------------------|
| гор.блюдо   | 173/М         | Каша вязкая<br>молочная из<br>пшениной крупы                                                                   | 210             | 8,64         | 11,06       | 44,32        | 312                        | <b>40,65</b>     |
| гор.напиток | 377/М         | Чай с лимоном                                                                                                  | 200             | 0,13         | 0,02        | 15,2         | 62                         | <b>6,16</b>      |
| хлеб        | 14/М,<br>15/М | Хлеб пшеничный<br>Заливной 6,8 руб,<br>масло (порциями)<br>26,50 руб, сыр<br>(порциями) 18,51<br>руб. 40/10/15 | 65              | 4,66         | 11,88       | 11,69        | 177,02                     | <b>51,81</b>     |
| фрукты      | 338/М         | Яблоко                                                                                                         | 160             | 0,64         | 0,64        | 15,68        | 75,2                       | <b>43,68</b>     |
|             |               | <b>Итого:</b>                                                                                                  | <b>635</b>      | <b>14,07</b> | <b>23,6</b> | <b>86,89</b> | <b>626,22</b>              | <b>142,3</b>     |

**Обед**

|            |       |                                          |            |              |              |               |               |               |
|------------|-------|------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| закуска    | 47/М  | Салат из квашеной<br>капусты             | 60         | 1,02         | 3,01         | 5,07          | 51,42         | <b>8,92</b>   |
| 1 блюдо    | 82/М  | Борщ с капустой и<br>картофелем , 200/10 | 210        | 1,6          | 4,13         | 10,34         | 86,6          | <b>36,39</b>  |
| 2 блюдо    | 260/М | Гуляш из говядины                        | 90         | 13,1         | 15,1         | 2,6           | 198,9         | <b>199,48</b> |
| гарнир     | 171/М | Каша гречневая<br>рассыпчатая            | 150        | 8,3          | 8,95         | 37            | 262,2         | <b>27,49</b>  |
| напиток    | 349/М | Компот из смеси<br>сухофруктов           | 200        | 0,66         | 0            | 32            | 132,8         | <b>12,24</b>  |
| хлеб бел.  |       | Хлеб пшеничный<br>Заливной               | 20         | 1,05         | 0,1          | 5,78          | 28,16         | <b>3,4</b>    |
| хлеб черн. |       | Хлеб ржано-<br>пшеничный                 | 50         | 4,05         | 0,5          | 26,1          | 121           | <b>7,08</b>   |
| фрукты     | 338/М | Яблоко                                   | 160        | 0,64         | 0,64         | 15,68         | 75,2          | <b>43,68</b>  |
|            |       | <b>Итого:</b>                            | <b>940</b> | <b>30,42</b> | <b>32,43</b> | <b>134,57</b> | <b>956,28</b> | <b>338,68</b> |

Директор:

Зав. производством:

Бухгалтер:

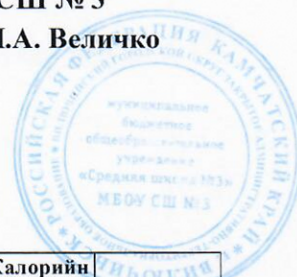
*Величко*  
*Величко*  
*Величко*



МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 3

Утверждаю:  
Директор МБОУ СШ № 3

 Н.А. Величко



**М Е Н Ю** на 03.03.2025г.

Неделя: 3 День: 11

(12 лет и старше)

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рец.        | Наименование блюда                                                                                             | Вес блюда(г) | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы | Калорийн<br>ость<br>(ккал) | Цена<br>руб.коп. |
|-------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|------------------|
| гор.блюдо   | 173/М         | Каша вязкая<br>молочная из<br>пшеничной крупы                                                                  | 250          | 10,2         | 13,1         | 52,7         | 371,4                      | 48,39            |
| гор.напиток | 377/М         | Чай с лимоном                                                                                                  | 200          | 0,13         | 0,02         | 15,2         | 62                         | 6,16             |
| хлеб        | 14/М,<br>15/М | Хлеб пшеничный<br>Заливной 6,8 руб,<br>масло (порциями)<br>26,50 руб, сыр<br>(порциями) 18,51<br>руб, 40/10/15 | 65           | 4,66         | 11,88        | 11,69        | 176,7                      | 51,81            |
| фрукты      |               | Яблоко                                                                                                         | 160          | 0,64         | 0,64         | 15,68        | 75,2                       | 43,68            |
|             |               | <b>Итого:</b>                                                                                                  | <b>675</b>   | <b>15,63</b> | <b>25,64</b> | <b>95,27</b> | <b>685,30</b>              | <b>150,04</b>    |

**Обед**

|            |       |                                         |             |              |              |               |                |               |
|------------|-------|-----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| закуска    | 47/М  | Салат из квашеной<br>капусты            | 100         | 1,7          | 5            | 8,5           | 30,85          | 14,87         |
| 1 блюдо    | 82/М  | Борщ с капустой и<br>картофелем ,250/10 | 260         | 4            | 11,6         | 12,89         | 172,81         | 40,10         |
| 2 блюдо    | 260/М | Гуляш из говядины                       | 100         | 14,5         | 16,7         | 2,88          | 221            | 221,64        |
| гарнир     | 171/М | Каша гречневая<br>рассыпчатая           | 180         | 9,96         | 10,74        | 44,4          | 314,64         | 32,99         |
| напиток    | 349/М | Компот из смеси<br>сухофруктов          | 200         | 0,66         | 0            | 32            | 132,8          | 12,24         |
| хлеб бел.  |       | Хлеб пшеничный<br>Заливной              | 30          | 1,57         | 0,15         | 8,67          | 42,24          | 5,10          |
| хлеб черн. |       | Хлеб ржано-<br>пшеничный                | 60          | 4,86         | 0,6          | 31,32         | 145,2          | 8,50          |
| фрукты     |       | Яблоко                                  | 130         | 0,64         | 0,64         | 15,68         | 75,2           | 43,68         |
|            |       | <b>Итого:</b>                           | <b>1060</b> | <b>37,89</b> | <b>45,43</b> | <b>156,34</b> | <b>1134,74</b> | <b>379,12</b> |

Директор: 

Зав.производством: 

Бухгалтер: 