

**Меню основного питания**  
для обучающихся, питающихся только 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  | Фрикадельки «Нежные» (из говядины и грудки цыплят)      | 90                 | 78,03         | 161                            |
| 2  | Макаронные изделия отварные, морковь припущенная 130/20 | 150                | 16,51         | 162                            |
| 3  | Соус «Витаминный»                                       | 30                 | 2,53          | 18                             |
| 4  | Чай с сахаром 200/10                                    | 210                | 3,78          | 36                             |
| 5  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 20                 | 2,67          | 33                             |
| 6  | Пирожки печеные с повидлом                              | 60                 | 17,32         | 172                            |
| 7  | Свежие фрукты (мандарины)                               | 80                 | 31,16         | 26                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>640</b>         | <b>152,00</b> | <b>608</b>                     |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 378 руб.)</b>  |   |                    |               |                                |
| <b>Завтрак</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Фрикадельки «Нежные» (из говядины и грудки цыплят)      | 90                 | 78,03         | 161                            |
| 2  | Макаронные изделия отварные, морковь припущенная 130/20 | 150                | 16,51         | 162                            |
| 3  | Соус «Витаминный»                                       | 30                 | 2,53          | 18                             |
| 4  | Чай с сахаром 200/10                                    | 210                | 3,78          | 36                             |
| 5  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 20                 | 2,67          | 33                             |
| 6  | Пирожки печеные с повидлом                              | 60                 | 17,32         | 172                            |
| 7  | Свежие фрукты (мандарины)                               | 80                 | 31,16         | 26                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>640</b>         |               | <b>608</b>                     |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Салат «Степной» из разных овощей                        | 80                 | 21,30         | 68                             |
| 2  | Рассольник ленинградский с перловой крупой              | 250                | 25,55         | 96                             |
| 3  | Сметана   | 5                  | 2,27          | 7                              |
| 4  | Зелень укроп, петрушка свежая                           | 3                  | 2,20          | 1                              |
| 5  | Горбуша запеченная с сыром, морковью, белым соусом      | 90                 | 99,42         | 175                            |
| 6  | Картофель отварной                                      | 150                | 24,62         | 128                            |
| 7  | Сок фруктовый, ягодный в ассортименте                   | 200                | 29,32         | 96                             |
| 8  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 30                 | 4,00          | 50                             |
| 9  | Вафли (весовые)   | 20                 | 13,32         | 38                             |
| 10   | Хлебушек школьный (из пшеничной муки)                   | 30                 | 4,00          | 62                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>858</b>         |               | <b>721</b>                     |
| <b>Итого за день:</b>  |   | <b>1498</b>        | <b>378,00</b> | <b>1329</b>                    |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 378 руб.)</b> |   |                    |               |                                |
| <b>Завтрак</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Фрикадельки «Нежные» (из говядины и грудки цыплят)      | 100                | 86,7          | 179                            |
| 2  | Макаронные изделия отварные, морковь припущенная 140/40 | 180                | 20,6          | 183                            |
| 3  | Соус «Солнечный»  | 30                 | 2,58          | 14                             |
| 4  | Чай с сахаром 200/10                                    | 210                | 3,78          | 36                             |
| 5  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 30                 | 4,00          | 50                             |
| 6  | Пирожки печеные с повидлом                              | 60                 | 17,32         | 172                            |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>610</b>         |               | <b>634</b>                     |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Салат «Степной» из разных овощей                        | 100                | 28,70         | 169                            |
| 2  | Рассольник ленинградский с перловой крупой              | 250                | 25,55         | 96                             |
| 3  | Горбуша запеченная с сыром, морковью, белым соусом      | 100                | 110,47        | 194                            |
| 4  | Картофель отварной                                      | 180                | 29,56         | 153                            |
| 5  | Сок фруктовый, ягодный в ассортименте                   | 200                | 29,32         | 96                             |
| 6  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 60                 | 8,00          | 100                            |
| 7  | Хлебушек школьный (из пшеничной муки)                   | 30                 | 4,00          | 62                             |
| 8  | Печенье   | 15                 | 7,42          | 71                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>935</b>         |               | <b>941</b>                     |
| <b>Итого за день:</b>  |   | <b>1545</b>        | <b>378,00</b> | <b>1575</b>                    |
| <b>Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 45,76 руб.)</b>                           |   |                    |               |                                |
| 1  | Рулет с маком нарезной                                  | 75                 | 29,29         | 238                            |
| 2  | Напиток из плодов шиповника                             | 200                | 16,47         | 59                             |
| <b>Итого:</b>  |   | <b>45,76</b>       |               | <b>297</b>                     |

Директор МБОУ "  
Зав. производством:  
Экономист по ценам

*А. В. Шенникова*  
*С. И. Шенникова*

000

Столовая МБОУ "СШ № 3  
 " 18 " октября 2022 г.

2н2д  
 2 смена

**Меню основного питания**  
 для обучающихся, питающихся только 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  | Фрикадельки «Нежные» (из говядины и грудки цыплят)      | 90                 | 78,03         | 161                            |
| 2  | Макаронные изделия отварные, морковь припущенная 130/20 | 150                | 16,51         | 162                            |
| 3  | Соус «Витаминный»                                       | 30                 | 2,53          | 18                             |
| 4  | Чай с сахаром 200/10                                    | 210                | 3,78          | 36                             |
| 5  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 20                 | 2,67          | 33                             |
| 6  | Пирожки печеные с повидлом                              | 60                 | 17,32         | 172                            |
| 7  | Свежие фрукты (мандарины)                               | 80                 | 31,16         | 26                             |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>640</b>         | <b>152,00</b> | <b>608</b>                     |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 378 руб.)</b>  |   |                    |               |                                |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Салат «Степной» из разных овощей                        | 80                 | 21,30         | 135                            |
| 2  | Рассольник ленинградский с перловой крупой              | 250                | 25,55         | 96                             |
| 3  | Горбуша запеченная с сыром, морковью, белым соусом      | 90                 | 99,42         | 175                            |
| 4  | Картофель отварной                                      | 150                | 24,62         | 128                            |
| 5  | Сок фруктовый, ягодный в ассортименте                   | 200                | 29,32         | 130                            |
| 6  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 30                 | 4,00          | 50                             |
| 7  | Хлебушек школьный (из пшеничной муки)                   | 30                 | 4,00          | 62                             |
| 8  | Вафли (весовые)   | 20                 | 13,32         | 38                             |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>850</b>         |               | <b>814</b>                     |
| <b>Полдник</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Пицца средиземноморская с говядиной и сыром             | 150                | 91,50         | 352                            |
| 2  | Напиток растворимый «Цикорий» с молоком                 | 200                | 14,64         | 57                             |
| 3  | Свежие фрукты (апельсины)                               | 170                | 50,33         | 63                             |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>520</b>         |               | <b>472</b>                     |
|  | <b>Итого за день:</b>                                   | <b>1370</b>        | <b>378,00</b> | <b>1286</b>                    |
| <b>Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 378 руб.)</b> |   |                    |               |                                |
| <b>Обед</b>  |   |                    |               |                                |
| 1  | Салат «Степной» из разных овощей                        | 100                | 28,70         | 169                            |
| 2  | Рассольник ленинградский с перловой крупой              | 250                | 25,55         | 96                             |
| 3  | Горбуша запеченная с сыром, морковью, белым соусом      | 100                | 110,47        | 194                            |
| 4  | Картофель отварной                                      | 180                | 29,56         | 153                            |
| 5  | Сок фруктовый, ягодный в ассортименте                   | 200                | 29,32         | 96                             |
| 6  | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки)               | 60                 | 8,00          | 100                            |
| 7  | Хлебушек школьный (из пшеничной муки)                   | 30                 | 4,00          | 62                             |
| 8  | Печенье   | 15                 | 7,42          | 71                             |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>935</b>         |               | <b>941</b>                     |
| <b>Полдник</b>   |   |                    |               |                                |
| 1  | Пицца средиземноморская с говядиной и сыром             | 150                | 91,50         | 352                            |
| 2  | Напиток растворимый «Цикорий» с молоком                 | 200                | 14,64         | 57                             |
| 3  | Свежие фрукты (мандарины)                               | шт                 | 28,84         | 26                             |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>430</b>         |               | <b>435</b>                     |
|  | <b>Итого за день:</b>                                   | <b>1365</b>        | <b>378,00</b> | <b>1376</b>                    |
| <b>Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 45,76 руб)</b>                            |   |                    |               |                                |
| 1  | Рулет с маком нарезной                                  | 75                 | 29,29         | 238                            |
| 2  | Напиток из плодов житомирника                           | 200                | 16,47         | 59                             |
|  | <b>Итого:</b>   |                    | <b>45,76</b>  | <b>297</b>                     |

Директор МБОУ " \_\_\_\_\_  
 Зав. производством: \_\_\_\_\_  
 Экономист по ценам \_\_\_\_\_



