

"Утверждено"
ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Меню на 24.02.2025 года (День)

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор /Демича Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет

Обед (День 6,)

№ рец.	Наименование Блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,78	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97				
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03		27,20	18,68	47,91	8,60	0,89				
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14				
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05				
Итого по подменю:			9,18	14,74	11,37	91,81	528,52	0,36	0,12	11,50	47,20	62,79	183,50	52,75	3,38				

Второй завтрак (День 6,)

312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04		39,00	12,21	44,56	7,30	0,61
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
Итого по подменю:			147,83	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04	39,00	12,72	44,60	7,33	0,66

Зав. производ /Непобедимова И.В./

Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Руководитель

Непобедимова Н.Л.

Директор

Демкина Н.И.

Структурное подразделение льготное питание детей участников СВО

Меню на 24.02.2025 года (День 6)

Обед (День 6,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,78	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03		27,20	18,68	47,91	8,60	0,89
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю: 113,54 9,18 14,74 11,37 91,81 528,52 0,36 0,12 11,50 47,20 62,79 183,50 52,75 3,38

Зав. производ.

Непобедимова И.В.

Калькулятор

Непобедимова И.В.

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Меню на 24.02.2025 года (День)

Директор

Демича Н. И./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Горнозаводска

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" льготное питание 12-18 лет

Обед (День 6,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,78	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03		27,20	18,68	47,91	8,60	0,89
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю:

113,54

9,18

14,74

11,37

91,81

528,52

0,36

0,12

11,50

47,20

62,79

183,50

52,75

3,38

Зас. производ.

Непобедимова Н.Л.

Непобедимова И.В./

Калькулятор

Непобедимова Н.Л.

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Льготное питание 7-11 лет 2 см

Меню на 24.02.2025 года (День)

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор /Дейкина Н. И./



Обед (День 6,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,78	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97
227	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120)	120	2,88	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,60	9,05	37,12	6,53	0,66
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю: 101,27 8,46 13,62 10,09 84,61 483,61 0,34 0,11 11,50 41,60 53,16 172,71 50,68 3,15

Зав. производ. /Непобедимова И.В./

Калькулятор

Степанов

"Утверждаю"

ИП Непобединова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Руководитель /Непобединова Н.Л./

Директор /Демичина Н. И./

СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 1 смена ЗАВТРАК

Меню на 24.02.2025 года (День)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	

Завтрак (День 6,)

227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03			27,20	18,68	47,91	8,60	0,89
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01					2,60	8,45	1,82	0,14
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(50)	50	2,46	4,30	0,40	24,60	119,20	0,06	0,02				10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю:

Второй завтрак (День 6,)

312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04			39,00	12,21	44,56	7,30	0,61
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю:

Заг. производ.

/Непобединова И.В./ Калькулятор

/Демичина Н.И./

125,69 5,28 4,75 8,12 52,85 303,50 0,08 0,04 39,00 12,72 44,60 7,33 0,66

"Утверждено"
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Орнозаводска

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Демкина Н. И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Льготное питание 7-11 лет 1 см

Меню на 24.02.2025 года (День)

Завтрак (День 6,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03		27,20	18,68	47,91	8,60	0,89
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,81			4,00		4,51	2,24	1,23	0,11
1	ХЛЕБ(50)	50	2,46	4,30	0,40	24,60	119,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю: 101,27 8,23 11,15 6,78 82,35 435,07 0,16 0,05 4,00 27,20 35,79 91,10 18,65 1,69

Зав. производ. Мещеряков /Непобедимова И.В./ Калькулятор

Мещеряков

"Утверждено"
ИП Неподеймова Н.Л.



Руководитель /Неподеймова Н.Л./

"Согласовано"
МАОУ СОШ №3 г. Горнозаводска



Директор /Демкина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" СВЗ 12-18 лет
Меню на 25.02.2025 года (День)

Обед (День 7,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
63	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80	
196	ГРЕЧА(150)	150	3,95	8,73	7,80	39,45	262,96	0,30	0,15		26,80	22,77	209,13	138,44	4,69	
176	ТЕФЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51	
456	ЧАЙ КАРКАДЕ (200)	200	1,51			15,11	60,45					0,45			0,05	
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33	
Итого по подменю:				8,77	22,88	29,54	87,67	699,04	0,45	0,30	32,81	41,80	97,01	382,05	178,59	7,38

Второй завтрак (День 7,)

312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04		39,00	12,21	44,56	7,30	0,61	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	
Итого по подменю:				147,83	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04	39,00	12,72	44,60	7,33	0,66

Зас. производ. *Неподеймова Н.Л.* /Неподеймова Н.Л./ Калькулятор *Неподеймова Н.Л.*

№ Утверждаю №
ИП Непобедимова Н.Л.

№ Соединено №
МАОУ "СОШ №3" с Г. орнозаводска

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Демича Н. И./

Структурное подразделение льготное питание детей участников СВО

Меню на 25.02.2025 года (День 7)

Обед (День 7,)

N рец.	Наименование Блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
63	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80	
219	ГРЕЧА(120)	120	3,16	6,98	6,28	31,56	210,67	0,24	0,12		21,60	16,02	166,87	110,62	3,74	
176	ТЕФЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51	
456	ЧАЙ КАРКАДЕ (200)	200	1,51			15,11	60,45					0,45			0,05	
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33	
Итого по подменю:			113,54	7,98	21,13	27,02	79,78	646,75	0,39	0,27	32,81	36,60	90,26	339,79	150,77	6,43

Зав. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОЦ №3" г. Горнозаводска

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Демичина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОЦ №3" Лыжное питание 12-18 лет

Меню на 25.02.2025 года (День)

Обед (День 7,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	В1		В2	С	А мкг	Са	Р	Мг	Fe
63	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80
219	ГРЕЧА(120)	120	3,16	6,98	6,28	31,56	210,67	0,24	0,12		21,60	16,02	166,87	110,62	3,74
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
456	ЧАЙ КАРКАДЕ (200)	200	1,51			15,11	60,45					0,45			0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 113,54 7,98 21,13 27,02 79,78 646,75 0,39 0,27 32,81 36,60 90,26 339,79 150,77 6,43

Зав. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор /Непобедимова И.В./

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Гродноводска

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Демичина Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Гродновое питание 7-11 лет 2 см

Меню на 25.02.2025 года (День)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1		В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe					

Обед (День 7,)

63	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80
219	ГРЕЧА(120)	120	3,16	6,98	6,28	31,56	210,67	0,24	0,12		21,60	16,02	166,87	110,62	3,74
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 101,27 7,97 21,13 27,02 79,71 646,46 0,39 0,27 32,81 26,60 90,32 339,83 150,80 6,43

Заг. производ Непобедимова И.В. /Калыкулигор

Непобедимова И.В.

"Утверждаю"
И.П. Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска
Горнозаводска

Руководитель * /Непобедимова Н.Л./

Директор * /Демичина Н.И./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 1 смена завтрак

Меню на 25.02.2025 года (День)

Завтрак (День 7,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe	
196	ГРЕЧА(150)	150	3,95	8,73	7,80	39,45	262,96	0,30	0,15		26,80	22,77	209,13	138,44	4,69	
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	
1	ХЛЕБ(50)	50	2,46	4,30	0,40	24,60	119,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55	
Итого по подменю:			8,83	22,57	22,00	88,33	641,61	0,41	0,25	2,78	26,80	52,31	343,39	160,08	6,80	
Второй завтрак (День 7,)																
312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04		39,00	12,21	44,56	7,30	0,61	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	
Итого по подменю:			125,69	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04		39,00	12,72	44,60	7,33	0,66

Заг. производ. *Мисва* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Мисва*

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор /Демкина Н. И./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Детское питание 7-11 лет 1 см

Меню на 25.02.2025 года (День)

Завтрак (День 7,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
196	ГРЕЧА(150)	150	3,95	8,73	7,80	39,45	262,96	0,30	0,15		26,80	22,77	209,13	138,44	4,69
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подменю:		101,27	8,34	21,71	21,92	83,41	617,77	0,39	0,24	2,78	26,80	50,31	336,89	158,68	6,69

Зав. производ. /Непобедимова И.В./

Калькулятор

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Меню на 26.02.2025 года (День 8)

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Горнозаводска

Директор /Демичина Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 12-18 лет

Обед (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe			
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01			
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (120)	120	1,33	3,05	5,56	13,27	115,28	0,06	0,07	61,98		70,71	54,54	28,29	1,13			
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,09			
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33			

Итого по подменю:

Второй завтрак (День 8,)

313	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	3,59	4,42	9,12	35,88	243,27	0,07	0,03		41,60	11,55	40,90	6,85	0,56
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю:

Зав. производ

/Непобедимова Н.Л./

Калькулятор

/Демичина Н.И./

147,83

5,09

4,42

9,12

50,92

303,43

0,07

0,03

41,60

12,06

40,94

6,88

0,61

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор /Демичина Н. И./



Структурное подразделение льготное питание детей участников СВО

Меню на 26.02.2025 года (День 8)

Обед (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г						Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	В1	В2	С		А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01		
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (120)	120	1,33	3,05	5,56	13,27	115,28	0,06	0,07	61,98		70,71	54,54	28,29	1,13		
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72		
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05		
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33		
Итого по подменю:		113,54	7,05	19,08	11,58	70,46	462,30	0,29	0,24	78,92	36,20	125,04	291,33	90,11	3,24		

Зав. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор

Инициалы

"Утверждено"
ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Дейкина Н. И./

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Меню на 26.02.2025 года (День)

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" льготное питание 12-18 лет

Обед (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (120)	120	1,33	3,05	5,56	13,27	115,28	0,06	0,07	61,98		70,71	54,54	28,29	1,13
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,34

Итого по подменю: 113,54 7,05 19,08 11,58 70,46 462,30 0,29 0,24 78,92 36,20 125,04 291,33 90,11 3,24

Зав. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждено"
ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель
Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор
Демкина Н. И./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Льготное питание 7-11 лет 2 см

Меню на 26.02.2025 года (День)

Обед (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г						Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	В1	В2	С		А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01		
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (120)	120	1,33	3,05	5,56	13,27	115,28	0,06	0,07	61,98		70,71	54,54	28,29	1,13		
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72		
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05		
1	ХЛЕБ(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66		

Итого по подменю: 101,27 8,52 21,66 11,82 85,22 533,82 0,33 0,25 78,92 36,20 131,04 310,83 94,31 3,57

Заг. производ. *Мещеряков* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Мещеряков*

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"

МАОУ "СОЛ №3" г. Горнозаводска

Директор /Демкина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОЛ №3" ОВЗ 7-11 лет 1 смена завтрак
Меню на 26.02.2025 года (День 8)



Завтрак (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (150)	150	1,66	3,81	6,95	16,59	144,11	0,08	0,09	77,48		88,39	68,18	35,36	1,41				
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72				
257	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50		0,01	14,97	60,00					0,45			0,05				
1	ХЛЕБ(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66				

Итого по подменю: 6,75 19,51 9,66 67,52 435,05 0,23 0,20 77,76 21,20 132,06 258,88 77,08 2,84

Второй завтрак (День 8,)

313	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	3,59	4,42	9,12	35,88	243,27	0,07	0,03		41,60	11,55	40,90	6,85	0,56
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю: 125,69 5,09 4,42 9,12 50,92 303,43 0,07 0,03 41,60 12,06 40,94 6,88 0,61

Зав. производ. *Непобедимова Н.Л.* /Непобедимова Н.Л./
Калькулянт *Демкина Н.И.* /Демкина Н.И./

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" с.Г. орнозаводска

Директор Демина Н. И.



Меню на 26.02.2025 года (День)

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Лыжное питание 7-11 лет 1 см

Завтрак (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (150)	150	1,66	3,81	6,95	16,59	144,11	0,08	0,09	77,48		88,39	68,18	35,36	1,41
176	ТЕФЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
257	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50		0,01	14,97	60,00					0,45			0,05
1	ХЛЕБ(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66

Итого по подменю: 101,27 7,03 18,51 21,24 70,32 546,44 0,20 0,19 80,26 119,87 208,90 58,37 3,63

Зав. производ. Непобедимова И.В. Калькулятор Непобедимова И.

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Горнозаводска

Директор

Демкина Н. И./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 12-18 лет

Меню на 27.02.2025 года (День)

Обед (День 9,)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe
43	СВЕКОЛЫНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58		0,01		18,00	8,44	2,85	0,44	0,07
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01			2,60	8,45	1,82	0,14	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16				0,51	0,04	0,03	0,05	
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01		8,00	26,00	5,60	0,44	

Итого по подменю:

Второй завтрак (День 9,)

319	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(120)	120	7,16	10,34	7,76	71,61	397,80	0,17	0,06		8,00	18,69	91,20	15,74	1,25
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16				0,51	0,04	0,03	0,05	
Итого по подменю:			147,83	8,66	10,34	7,78	86,65	457,96	0,17	0,06	8,00	19,20	91,24	15,77	1,30

Зав. производ.

Непобедимова Н.Л./

Непобедимова И.В./

Калькулятор

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Меню на 27.02.2025 года (День 9)

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор /Дейкина Н. И./



Структурное подразделение льготное питание Детей участников СВО

Обед (День 9,)

№ реч.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
43	СВЕКОЛЬНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58		0,01		18,00	8,44	2,85	0,44	0,07
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подменю:		113,54	8,04	9,80	11,83	80,41	467,38	0,13	0,10	18,12	33,00	62,98	110,01	39,66	2,24

Зав. производ.

Ирина Непобедимова

И.В. Калькулятор

Ирина

"Утверждаю"
ИП Неподеймова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Руководитель /Неподеймова Н.Л./

Директор /Демина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Рыготное питание 12-18 лет

Меню на 27.02.2025 года (День)

Обед (День 9,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
43	СВЕКОЛЬНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58		0,01		18,00	8,44	2,85	0,44	0,07
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 113,54 8,04 9,80 11,83 80,41 467,38 0,13 0,10 18,12 33,00 62,98 110,01 39,66 2,24

Зае. производ. /Неподеймова И.В./ Калькулятор

Инициалы

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" в. Горнозаводска

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Демичина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Рыготное питание 7-11 лет 2 см

Меню на 27.02.2025 года (День)

Обед (День 9,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г						Калории, ккал	Витамины, мг					
				Б	Ж	У	ккал	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
43	СВЕКОЛЫНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54	
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58		0,01		18,00	8,44	2,85	0,44	0,07	
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44	
Итого по подменю:			101,27	8,04	9,80	11,83	80,41	467,36	0,13	0,10	18,12	33,00	62,98	110,01	39,66	2,24

Заг. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Негодбидимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Руководитель _____

Директор _____

Демкина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОБС 7-11 лет 1 смена завтрак

Меню на 27.02.2025 года (День)

Завтрак (День 9,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г						Витаминь, мг	Минеральные вещества, мг						
				Б	Ж	У	Калории, ккал	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe	
224	РИС ОТВАРНОЙ (150)	150	3,37	4,08	7,01	33,70	214,25		0,01			27,20	8,99	3,54	0,44	0,07	
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01					2,60	8,45	1,82	0,14	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05	
1	ХЛЕБ(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02				12,00	39,00	8,40	0,66	
Итого по подменю:				8,46	10,36	7,59	84,66	448,44	0,08	0,03			27,20	24,10	51,03	10,69	0,92
Второй завтрак (День 9,)																	
319	СЮБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	3,58	5,17	3,89	35,80	198,90	0,08	0,03			4,00	9,35	45,60	7,87	0,62	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05	
Итого по подменю:				125,69	5,08	5,17	3,89	50,84	259,06	0,08	0,03		4,00	9,86	45,64	7,90	0,67

Заг. произвед.

Меню

Негодбидимова И.В./

Калькулятор

Меню

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" с. Горнозаводска

Руководитель Непобедимова Н.Л./

Директор Демкина Н.И./

Меню на 27.02.2025 года (День)

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" льготное питание 7-11 лет 1 см

Завтрак (День 9,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
224	РИС ОТВАРНОЙ (150)	150	3,37	4,08	7,01	33,70	214,25		0,01			27,20	8,99	3,54	0,44	0,07			
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01					2,60	8,45	1,82	0,14			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05			
1	ХЛЕБ(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02				12,00	39,00	8,40	0,66			

Итого по подменю: 101,27 8,46 10,36 7,59 84,66 448,44 0,08 0,03 27,20 24,10 51,03 10,69 0,92

Зас. производ. *Мещеряков* /Непобедимова И.В./

Калькулятор *Степанов*

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор /Демкина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" СВЗ 12-18 лет

Меню на 28.02.2025 года (День)

Обед (День 10,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,06				
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(120)	120	1,79	2,97	5,76	17,92	135,40	0,13	0,12	20,34	26,28	47,40	88,64	27,51	0,94				
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05			
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01				6,00	19,50	4,20	0,33			

Итого по подменю:

Второй завтрак (День 10,)

315	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3,66	4,44	5,07	36,59	209,74	0,07	0,04		30,00	11,62	43,54	6,67	0,61	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю:

Зае. производ.

Итого по меню: 147,83 5,16 4,44 5,07 51,63 269,90 0,07 0,04 30,00 12,13 43,58 6,70 0,66

Итого по подменю: 147,83 5,16 4,44 5,07 51,63 269,90 0,07 0,04 30,00 12,13 43,58 6,70 0,66

Зае. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Дейкина Н. И./

Структурное подразделение льготное питание Детей Участников СВО

Меню на 28.02.2025 года (День 10)

Обед (День 10,)

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,06
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(120)	120	1,79	2,97	5,76	17,92	135,40	0,13	0,12	20,34	26,28	47,40	88,64	27,51	0,94
178	ГОЛЫБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,34

Итого по подменю: 113,54 7,12 14,67 20,68 71,18 529,53 0,31 0,28 57,61 49,28 117,03 261,22 74,33 3,53

Зав. производ. /Непобедимова И.В./

Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор

Демича Н. И./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Меню на 28.02.2025 года (День)

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" льготное питание 12-18 лет

Обед (День 10,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминный, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe		
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,08		
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(120)	120	1,79	2,97	5,76	17,92	135,40	0,13	0,12	20,34	26,28	47,40	88,64	27,51	0,94		
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13		
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05		
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33		
Итого по подменю:		113,54	7,12	24,67	20,68	71,18	529,53	0,31	0,28	57,61	49,28	117,03	261,22	74,33	3,53		

Зае. производ.

Непобедимова Н.Л.

Непобедимова И.В./

Калыкулятор

Непобедимова И.В.

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

/Непобедимова Н.Л./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Горнозаводска

Директор

/Демкина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Рыготное питание 7-11 лет 2 см

Меню на 28.02.2025 года (День)

Обед (День 10,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	К		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,08
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(120)	120	1,79	2,97	5,76	17,92	135,40	0,13	0,12	20,34	26,28	47,40	88,64	27,51	0,94
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 101,27 7,12 24,67 20,68 71,18 529,53 0,31 0,28 57,61 49,28 117,03 261,22 74,33 3,53

Зав. производ.

Непобедимова Н.Л.

/Непобедимова И.В./

Калькулятор

Непобедимова Н.Л.

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

/Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Директор

/Демичина Н. И./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 лет 1 смена завтрак

Меню на 28.02.2025 года (День)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				

Завтрак (День 10,)

241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180	2,48	3,14	7,33	24,81	177,73	0,18	0,12	30,21	32,62	20,27	92,56	35,12	1,38	
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13	
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01				6,00	19,50	4,20	0,33
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю:

6,05 12,26 15,36 60,50 429,23 0,25 0,20 50,32 40,62 55,49 183,94 54,15 2,89

Второй завтрак (День 10,)

315	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3,66	4,44	5,07	36,59	209,74	0,07	0,04				30,00	11,62	43,54	6,67	0,61
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						30,00	0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю:

125,69 5,16 4,44 5,07 51,63 269,90 0,07 0,04 30,00 12,13 43,58 6,70 0,66

Зас. производ.

Handwritten signature

/Непобедимова Н.Л./

Калькулятор

Handwritten signature

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОЦ. №3" Горнозаводска

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Дёмина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОЦ. №3" Лыготное питание 7-11 лет 1 см

Меню на 28.02.2025 года (День)

Завтрак (День 10,)

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180	2,48	3,14	7,33	24,81	177,73	0,18	0,12	30,21	32,62	20,27	92,56	35,12	1,36	
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13	
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	

Итого по подменю: 101,27 6,05 12,26 15,36 60,50 429,23 0,25 0,20 50,32 40,62 55,49 183,94 54,15 2,89

Зав. производ. /Непобедимова Н.Л./

Калькулятор /Непобедимова И.В./