

СОГЛАСОВАНО:  
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

/Урманова Н.С./



**МЕНЮ**  
**на 24.09.2024 вторник**  
**МБОУ СОШ № 3 Гимназия**

| Код<br>блюда                   | Наименование                                                                              | Выход<br>блюда<br>(гр) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------------------|
|                                |                                                                                           |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                     |
| Начальные классы Завтрак       |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
| КП24048                        | Каша "Дружба" молочная                                                                    | 170                    | 8,07             | 11,61 | 27,20    | 242,25                              |
| КП24057                        | Сырники из творога с соусом молочным                                                      | 90                     | 5,00             | 4,65  | 14,20    | 146,00                              |
| КП24045                        | Чай с сахаром                                                                             | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| ХЛПШЭЛВ                        | Хлеб для детского питания из пшеничной<br>хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 40                     | 3,20             | 0,48  | 15,36    | 94,00                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак       |                                                                                           | 69,57                  | 16,47            | 16,74 | 63,26    | 509,25                              |
| Начальные классы Обед          |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
| Б324028                        | Суп картофельный с вермишелью                                                             | 200                    | 1,33             | 3,41  | 13,47    | 151,00                              |
| Б324018                        | Солянка из сборных овощей                                                                 | 150                    | 3,00             | 5,25  | 11,70    | 108,00                              |
| Б324029                        | Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным                                          | 90                     | 7,50             | 7,20  | 8,00     | 130,00                              |
| КП24054                        | Компот из смеси сухофруктов                                                               | 200                    | 1,00             | 0,05  | 27,50    | 110,00                              |
| ХЛПШЭЛВ                        | Хлеб для детского питания из пшеничной<br>хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 35                     | 2,80             | 0,42  | 13,44    | 82,25                               |
| ХЛРЖЭЛВ                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                                      | 30                     | 2,43             | 4,20  | 10,61    | 69,00                               |
| ИТОГО по приему: Обед          |                                                                                           | 78,02                  | 18,06            | 20,53 | 84,72    | 650,25                              |
| Начальные классы 2Обед 2 смена |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
| Б324028                        | Суп картофельный с вермишелью                                                             | 200                    | 1,33             | 3,41  | 13,47    | 151,00                              |
| Б324018                        | Солянка из сборных овощей                                                                 | 150                    | 3,00             | 5,25  | 11,70    | 108,00                              |
| Б324029                        | Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным                                          | 90                     | 7,50             | 7,20  | 8,00     | 130,00                              |
| КП24054                        | Компот из смеси сухофруктов                                                               | 200                    | 1,00             | 0,05  | 27,50    | 110,00                              |
| ХЛПШЭЛВ                        | Хлеб для детского питания из пшеничной<br>хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 35                     | 2,80             | 0,42  | 13,44    | 82,25                               |
| ХЛРЖЭЛВ                        | Хлеб ржано-пшеничный                                                                      | 30                     | 2,43             | 4,20  | 10,61    | 69,00                               |
| ИТОГО по приему: 2Обед 2 смена |                                                                                           | 78,02                  | 18,06            | 20,53 | 84,72    | 650,25                              |
|                                |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
|                                |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
| Старшие классы Завтрак         |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
| КП24048                        | Каша "Дружба" молочная                                                                    | 210                    | 9,98             | 14,34 | 33,60    | 299,25                              |
| КП24057                        | Сырники из творога с соусом молочным                                                      | 90                     | 5,00             | 4,65  | 14,20    | 146,00                              |
| КП24045                        | Чай с сахаром                                                                             | 200                    | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 27,00                               |
| ХЛПШЭЛВ                        | Хлеб для детского питания из пшеничной<br>хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 50                     | 4,00             | 0,60  | 19,20    | 117,50                              |
| ИТОГО по приему: Завтрак       |                                                                                           | 76,36                  | 19,17            | 19,59 | 73,50    | 589,75                              |
| Старшие классы Обед            |                                                                                           |                        |                  |       |          |                                     |
| Б324028                        | Суп картофельный с вермишелью                                                             | 250                    | 1,66             | 4,26  | 16,84    | 188,75                              |

|                              |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| Б324018                      | Солянка из сборных овощей                                                              | 180          | 3,60  | 6,30  | 14,04 | 129,60 |
| Б324030                      | Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным                                       | 100          | 7,50  | 7,20  | 8,00  | 130,00 |
| КП24054                      | Компот из смеси сухофруктов                                                            | 200          | 1,00  | 0,05  | 27,50 | 110,00 |
| ХЛПШЭЛВ                      | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 45           | 3,60  | 0,54  | 17,28 | 105,75 |
| ХЛРЖЭЛВ                      | Хлеб ржано-пшеничный                                                                   | 40           | 3,24  | 5,60  | 14,14 | 92,00  |
| <b>ИТОГО по приему: Обед</b> |                                                                                        | <b>88,10</b> | 20,60 | 23,95 | 97,80 | 756,10 |

**Старшие классы 20бед 2 смена**

|                                       |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| Б324028                               | Суп картофельный с вермишелью                                                          | 250          | 1,66  | 4,26  | 16,84 | 188,75 |
| Б324018                               | Солянка из сборных овощей                                                              | 180          | 3,60  | 6,30  | 14,04 | 129,60 |
| Б324030                               | Котлеты из говядины "Боярские" с соусом томатным                                       | 100          | 7,50  | 7,20  | 8,00  | 130,00 |
| КП24054                               | Компот из смеси сухофруктов                                                            | 200          | 1,00  | 0,05  | 27,50 | 110,00 |
| ХЛПШЭЛВ                               | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 45           | 3,60  | 0,54  | 17,28 | 105,75 |
| ХЛРЖЭЛВ                               | Хлеб ржано-пшеничный                                                                   | 40           | 3,24  | 5,60  | 14,14 | 92,00  |
| <b>ИТОГО по приему: 20бед 2 смена</b> |                                                                                        | <b>88,10</b> | 20,60 | 23,95 | 97,80 | 756,10 |
|                                       |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|                                       |                                                                                        |              |       |       |       |        |

**Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак комплекс 1**

|                                            |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП24048                                    | Каша "Дружба" молочная                                                                 | 210          | 9,98  | 14,34 | 33,60 | 299,25 |
| КП24057                                    | Сырники из творога с соусом молочным                                                   | 90           | 5,00  | 4,65  | 14,20 | 146,00 |
| КП24045                                    | Чай с сахаром                                                                          | 200          | 0,20  | 0,00  | 6,50  | 27,00  |
| ХЛПШЭЛВ                                    | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 50           | 4,00  | 0,60  | 19,20 | 117,50 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак комплекс 1</b> |                                                                                        | <b>76,36</b> | 19,17 | 19,59 | 73,50 | 589,75 |

**Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак комплекс 2**

|                                            |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП24084                                    | Каша манная молочная                                                                   | 170          | 7,33  | 8,56  | 19,82 | 211,93 |
| КП24006                                    | Сырники "Сюрприз"                                                                      | 90           | 16,50 | 16,35 | 22,35 | 294,00 |
| КП24083                                    | Кисель фруктовый                                                                       | 200          | 0,00  | 0,00  | 3,02  | 76,00  |
| ХЛПШЭЛВ                                    | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 50           | 4,00  | 0,60  | 19,20 | 117,50 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак комплекс 2</b> |                                                                                        | <b>76,36</b> | 27,83 | 25,51 | 64,39 | 699,43 |

**Уч-ся с 12 лет и стар Завтрак комплекс 3**

|                                            |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| КП24079                                    | Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая                                                | 210          | 8,48  | 10,29 | 37,14 | 274,40 |
| КП24006                                    | Сырники "Сюрприз"                                                                      | 90           | 16,50 | 16,35 | 22,35 | 294,00 |
| КП24113                                    | Напиток яблочный                                                                       | 200          | 0,30  | 0,10  | 10,30 | 43,00  |
| ХЛПШЭЛВ                                    | Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и | 50           | 4,00  | 0,60  | 19,20 | 117,50 |
| <b>ИТОГО по приему: Завтрак комплекс 3</b> |                                                                                        | <b>76,36</b> | 29,28 | 27,34 | 88,99 | 728,90 |
|                                            |                                                                                        |              |       |       |       |        |
|                                            |                                                                                        |              |       |       |       |        |