

**МЕНЮ**  
29 апреля 2021 г.

Младшие классы 1 смена



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 272                 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ                                  | 60    |                   | 3.5     |                  | 31                                       |
| 2008                          | 323                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 150   | 3.6               | 4.6     | 37.6             | 205                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 180   | 0.1               |         | 8.9              | 36                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30    | 3.3               | 0.6     | 16.5             | 114                                      |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С ЧЕТЫРЬМЯ<br>ВИТАМИНАМИ 3.2% СТ | 100   | 3.2               | 3.2     | 9.2              | 80                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 10.2              | 11.9    | 72.2             | 466                                      |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 10.2              | 11.9    | 72.2             | 466                                      |

**МЕНЮ**  
29 апреля 2021 г.

Льготная категория



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                 |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 272                 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ                                  | 60       |                   | 3.5     |                  | 31                                       |
| 2008                          | 323                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 150      | 3.6               | 4.6     | 37.6             | 205                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 180      | 0.1               |         | 8.9              | 36                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30       | 3.3               | 0.6     | 16.5             | 114                                      |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С ЧЕТЫРЬМЯ<br>ВИТАМИНАМИ 3.2% СТ | 100      | 3.2               | 3.2     | 9.2              | 80                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |          | 10.2              | 11.9    | 72.2             | 466                                      |
| Обед                          |                     |                                                 |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ         | 200/0/10 | 8.1               | 6.1     | 23.1             | 205                                      |
| 2008                          | 241                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                     | 60       |                   | 1.5     |                  | 13                                       |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 180      | 3.8               | 6.4     | 25.6             | 174                                      |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 180/0/5  | 0.1               |         | 10.8             | 45                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 35       | 3.9               | 0.7     | 19.3             | 133                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30       | 2.6               | 0.3     | 29.5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                                 |          | 18.5              | 15      | 108.3            | 701                                      |
| Всего                         |                     |                                                 |          | 28.7              | 26.9    | 180.5            | 1167                                     |

Утверждаю

директор  
МОБУ СОШ №3 с. Красноусольский  
И. Рудкевич А.С./

# МЕНЮ 29 апреля 2021 г.

ММС 5-11 класс

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                         |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                         |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ | 200/0/10 | 7.5               | 5.7     | 21.1             | 188                                      |
| 2008                          | 241                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ             | 60       |                   | 1.5     |                  | 13                                       |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 180      | 3.8               | 6.4     | 25.6             | 174                                      |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                           | 180/0/5  | 0.1               |         | 10.5             | 43                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30       | 3.3               | 0.6     | 16.5             | 114                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30       | 2.6               | 0.3     | 29.5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                         |          | 17.3              | 14.5    | 103.2            | 663                                      |
| Всего                         |                     |                                         |          | 17.3              | 14.5    | 103.2            | 663                                      |

Утверждаю

директор  
МОБУ СОШ №3 с. Красноусольский  
И. Рудкевич А.С./

# МЕНЮ 29 апреля 2021 г.

Младшие классы 2 смена

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                         |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                         |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ | 200/0/10 | 8.1               | 6.1     | 23.1             | 205                                      |
| 2008                          | 241                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ             | 60       |                   | 1.5     |                  | 13                                       |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 180      | 3.8               | 6.4     | 25.6             | 174                                      |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                           | 180/0/5  | 0.1               |         | 10.8             | 45                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 35       | 3.9               | 0.7     | 19.3             | 133                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30       | 2.6               | 0.3     | 29.5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                         |          | 18.5              | 15      | 108.3            | 701                                      |
| Всего                         |                     |                                         |          | 18.5              | 15      | 108.3            | 701                                      |

**МЕНЮ**  
29 апреля 2021 г.

Родительский взнос, сотрудники



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                         |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                         |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ | 200/0/10 | 7,5               | 5,7     | 21,1             | 188                                      |
| 2008                          | 241                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ             | 60       |                   | 1,5     |                  | 13                                       |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 180      | 3,8               | 6,4     | 25,6             | 174                                      |
| 2011                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                           | 180/0/5  | 0,1               |         | 10,5             | 43                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30       | 3,3               | 0,6     | 16,5             | 114                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30       | 2,6               | 0,3     | 29,5             | 131                                      |
| Итого                         |                     |                                         |          | 17,3              | 14,5    | 103,2            | 663                                      |
| Всего                         |                     |                                         |          | 17,3              | 14,5    | 103,2            | 663                                      |