

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »

(МБОУ «СОШ № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №3 с.п. Знаменское»

_____ П.А.Закриева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

20.10.2025

6 день

Понедельник						
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	500	25,18	16,65	49,83	449,89

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »

(МБОУ «СОШ № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №3 с.п. Знаменское»

_____ П.А.Закриева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

21.10.2025

7 день

Понедельник						
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Суп рисовый с мясом	250	10,1	6,7	18,88	0
	Картофель и овощи тушеные в соусе №142	150	3,26	12,59	22,66	216,99
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	29,98	144,28
	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком №42	60	1,05	3,71	5,55	59,79
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Итого	700	19,18	23,69	85,62	456,19

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »

(МБОУ «СОШ № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №3 с.п. Знаменское»

_____ П.А.Закриева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

22.10.2025

8 день

Понедельник						
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	599,49

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »

(МБОУ «СОШ № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №3 с.п. Знаменское»

_____ П.А.Закриева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

23.10.2025

9 день

Понедельник						
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	223,12
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	195,7
	Сосиски "Особые халяль"	90	8,55	12,15	2,47	113,17
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	125,76
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	188,67
	Итого	700	23,18	23,17	100,07	846,42

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »

(МБОУ «СОШ № 3 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №3 с.п. Знаменское»

_____ П.А.Закриева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

24.10.2025

10 день

Понедельник						
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11