

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОУ СОШ  
 «Образовательный комплекс № 3»  
 Петров В.Г.



## МЕНЮ «13» марта 2026 год

5 день 1 неделя

7-11 лет

№ тех карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
420	<b>ЕЖИКИ МЯСНЫЕ</b> свинина мясная, вода питьевая, яйцо, рис, лук репчатый, чеснок, томатная паста, мука в/с, соль йодированная, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное	100	51,00	18,87	20,97	3,37	277,99
282	<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b> картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	200/15	22,90	0,19	0,00	14,93	60,46
37	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,00	8,38	8,77	55,08	332,36
ГОСТ	<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ</b> батон нарезной пшеничная мука высш. сорт обог. микроэлементами	55	6,10	3,75	1,45	24,70	131,00
<b>Итого</b>		<b>550</b>	<b>83,00</b>	<b>31,19</b>	<b>31,19</b>	<b>98,08</b>	<b>801,81</b>
<b>Обед</b>							
286	<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, приправа сухая*, сметана 15% жирности, соль йодированная, чеснок, лавровый лист	250/5	16,30	1,83	5,74	11,97	109,66
ТТК 121	<b>ГУЛЯШ БОЛОНЬЕЗЕ</b> свинина, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, чеснок, приправа, томатная паста, морковь, сахар, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	100	51,05	17,28	29,18	6,22	356,23
30	<b>СПАГЕТТИ</b> спагетти*, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	180	9,80	6,55	5,81	41,83	250,77
ТТК 21	<b>ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой	200/15	3,85	0,29	0,04	16,33	68,72
ГОСТ	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> *хлеб украинский	50	2,00	3,31	0,44	21,20	101,98
<b>Итого</b>		<b>800</b>	<b>83,00</b>	<b>29,26</b>	<b>41,21</b>	<b>97,55</b>	<b>887,36</b>
<b>Всего</b>				<b>60,45</b>	<b>72,40</b>	<b>195,63</b>	<b>1 689,17</b>

Директор ООО "Максимум"

П.Е. Осинеvская

Зав производством

*Жагамова О.И.*

