

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 3» Кемского муниципального округа



Утверждаю:

Директор

М.Г. Назарова

«25» сентября 2026 г.

# НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

|    |                                                    |                                             |
|----|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 1. | <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b><br><b>(28 сентября 2026 г.)</b> |                                             |
|    | <b>Завтрак</b>                                     | <b>Обед</b>                                 |
|    | Каша овсяная вязкая                                | Суп из овощей со сметаной                   |
|    | Батон                                              | Котлеты Нежные                              |
|    | Кофейный напиток с молоком                         | Рис отварной                                |
|    | Фрукт (мандарин)                                   | Салат из свежих помидоров и огурцов (масло) |
|    |                                                    | Хлеб ржано-пшеничный                        |
|    |                                                    | Компот из свежих плодов и ягод              |
| 2. | <b>ВТОРНИК</b><br><b>(29 сентября 2026 г.)</b>     |                                             |
|    | <b>Завтрак</b>                                     | <b>Обед</b>                                 |
|    | Каша пшеничная вязкая                              | Суп гороховый                               |
|    | Бутерброд с маслом и сыром                         | Рыба тушеная в томате с овощами             |
|    | Чай с лимоном                                      | Картофель отварной с маслом                 |
|    | Фрукт (яблоко)                                     | Салат из свежих огурцов с луком             |
|    |                                                    | Хлеб ржано-пшеничный                        |
|    |                                                    | Чай с лимоном и сахаром                     |
| 3. | <b>СРЕДА</b><br><b>(30 сентября 2026 г.)</b>       |                                             |
|    | <b>Завтрак</b>                                     | <b>Обед</b>                                 |
|    | Каша «Дружба»                                      | Щи из свежей капусты со сметаной            |
|    | Батон                                              | Тефтели из говядины в молочном соусе        |
|    | Сыр полутвёрдый                                    | Каша гречневая рассыпчатая                  |
|    | Чай с молоком                                      | Салат из свёклы отварной                    |
|    | Йогурт                                             | Хлеб ржано-пшеничный                        |
|    |                                                    | Сок                                         |
| 4. | <b>ЧЕТВЕРГ</b><br><b>(01 октября 2026 г.)</b>      |                                             |
|    | <b>Завтрак</b>                                     | <b>Обед</b>                                 |
|    | Запеканка из творога со сгущенкой                  | Рассольник Домашний                         |
|    | Бутерброд с маслом                                 | Птица в соусе с томатом                     |
|    | Кисель из яблок свежих                             | Макаронные изделия отварные                 |
|    | Фрукт (банан)                                      | Салат из капусты белокочанной и огурцов     |
|    |                                                    | Хлеб ржано-пшеничный                        |
|    |                                                    | Какао с молоком                             |
| 5. | <b>ПЯТНИЦА</b><br><b>(02 октября 2026 г.)</b>      |                                             |
|    | <b>Завтрак</b>                                     | <b>Обед</b>                                 |
|    | Макаронные изделия с сыром                         | Борщ с капустой и картофелем со сметаной    |
|    | Батон                                              | Кнели из птицы с рисом                      |
|    | Чай с сахаром                                      | Пюре картофельное                           |
|    | Фрукт (мандарин)                                   | Салат витаминный                            |
|    |                                                    | Хлеб ржано-пшеничный                        |
|    |                                                    | Компот из свежих плодов и ягод              |