

Неделя: 1
 День: 4

МЕНЮ
 2 Мая 2024г.

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
								мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (завтрак 1-4 классы)																					
-	Икра кабачковая (пром.)	60	12.23	.72	2.82	4.62	46.8	19.2	7.8	18	.48	211.2	-	-	-	.02	.02	5.76	-	1.26	-
ТТК № 90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	14.82	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	-
ТТК 117 (филе)	Котлета рубленая из филе цыплят	90	68.4	11.12	9.2	15.25	145.5	18.45	34.2	147.6	1.8	142.2	4.75	18	102.6	.07	.17	2.39	38.7	3.24	.03
ТТК 38	Мандарины	100	47	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
ТТК .136.	Кофейный напиток (быстрорастворимый).	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-
-	Хлеб дарницкий	25	5.4	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
-	Итого		166	19.93	20.62	85.9	602.8	289.69	201	467.6	7.63	1158.4	20.6	25.3	174.72	.43	.56	55.11	48.15	10.78	.03
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (доп.инф. аллергия на курицу)																					
-	Икра кабачковая (пром.)	60	12.23	.72	2.82	4.62	46.8	19.2	7.8	18	.48	211.2	-	-	-	.02	.02	5.76	-	1.26	-
ТТК № 90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	14.82	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	-
ТТК1а	Гуляш из говядины	100	94.34	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	-
ТТК 38	Мандарины	100	47	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
ТТК .136.	Кофейный напиток (быстрорастворимый).	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-
-	Хлеб дарницкий	25	5.4	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
-	Итого		191.94	24.31	25.32	83.75	662.3	285.24	186.8	470	7.83	1286.2	22.19	7.3	127.56	.	.51	16.42	46.76	9.74	0
Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) (обед 1-4 классы)																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью и маслом растительным	60	20	2.5	3.1	6.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	-	.01	-	4.2	-	.05	-
ТТК 7 зам.	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	275	62	3.12	5.57	13.5	113.26	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-
ТТК №142.	Сосиска отварная	100	105	13.5	14.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	.	-	-	-	-	-
ТТК35 (март).	Картофельное пюре,	150	25	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06
ТТК 468	Компот из компотной смеси	200	26	.	.	27.7	113	8	4	6	.	25	.	-	-	.02	-	2	1	.	-
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	.	12.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-
-	Хлеб северный с ламинариями	25	5	2.15	.36	12.3	56.86	7.25	37.5	11.75	.95	23	25	1.5	3.63	.04	.01	-	-	-	-
-	Итого		248	26.19	28.97	112.1	786.42	164.98	128.53	365.35	6.34	886.3	31.1	3.25	39.17	.65	5.09	12.04	11.22	.95	.06
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																					
ТТК110 (январь)	Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	60/50	45	8.53	15.86	10.64	219.38	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ТТК 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	15.35	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01
ТТК .136.	Кофейный напиток (быстрорастворимый).	200	18.15	2.5	2.32	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-
-	Хлеб дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
-	Итого		83	20.03	24.07	80.62	608.03	174.24	187.3	465	5.38	472	12.3	7.34	28.2	.32	.23	.01	1.02	20.98	.01

Заведующий
 столовой
 (должность)

О.В. Илюшкина
 (подпись)

Технолог отдела питания
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2972D447E
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынокского"
С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫ
Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1
День: 4

МЕНЮ
2 Мая 2024г.

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
								МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																					
TK.207	Салат из зеленого горошка с зеленью и маслом растительным	60	20	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	-	.01	-	4.2	-	.05	-
TKK 7 зам.	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	55.84	7.07	7.82	15.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-
TKK №142.	Сосиска отварная	50	39.5	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	.05	-	-	-	-	-
TK35 (март).	Картофельное пюре,	150	29.58	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	33.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	.	-
TKK 468	Компот из компотной смеси	200	13.8	.	.	19.9	103	8	4	6	.	25	.	-	.	.02	-	2	1	.	-
	Итого		168.72	21.04	26.11	101.88	680.15	153.2	147.05	289.85	5.46	821.8	9.2	3.35	45.91	.36	.11	12.04	11.21	1.47	.06
Полдник - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																					
-	Икра кабачковая (пром.)	60	12.23	.72	2.82	4.62	46.8	19.2	7.8	18	.48	211.2	-	-	-	.02	.02	5.76	-	1.26	-
TKK № 90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	14.82	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	-
TKK 117 (Филе)	Котлета рубленая из филе цыплят	90	68.28	11.12	10.2	19.25	145.5	18.45	34.2	147.6	1.8	142.2	4.75	18	102.6	.07	.17	2.39	38.7	3.24	.03
TK38	Мандарины	100	50	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
TKK 136	Кофейный напиток	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	-	-
-	Хлеб дарницкий	30	5.4	1.88	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	93.6	1.68	2.16	9.6	.05	.	-	-	1.18	-
	Итого		168.88	20.01	21.78	91.95	613.1	289.7	201	567.6	7.7	1174	20.88	25.66	176.32	.44	.58	78.9	48.15	10.98	.03
	Всего за день		337.6	41.05	47.89	193.83	1293.25	442.9	348.05	857.45	13.16	1995.6	30.08	29.01	222.23	.	.69	90.94	59.36	12.45	.09
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																					
TK.207	Салат из зеленого горошка с зеленью и маслом растительным	60	20	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	-	.01	-	4.2	-	.05	-
TKK 7 зам.	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	50	7.07	7.82	15.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-
TKK №142.	Сосиска отварная	50	39.5	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	.05	-	-	-	-	-
TK 35 (март).	Картофельное пюре.	180	35.52	3.78	8.1	26.28	196.2	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	1.8	-	.06
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	33.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	.	-
TKK 468	Компот из компотной смеси	200	13.8	.	.	19.9	103	8	4	6	.	25	.	-	.	.02	-	2	1	.	-
	Итого		168.82	22.28	28.77	107.86	744.35	153.2	147.05	289.85	5.46	821.8	9.2	3.35	45.91	.36	.11	13.8	11.21	1.27	.06
Полдник - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																					
-	Икра кабачковая (пром.)	100	20	1.2	4.7	7.7	78	32	13	30	.	352	-	-	-	.03	.03	9.6	-	2.1	-
TKK 117 (Филе)	Котлета рубленая из филе цыплят	100	77	11.12	10.2	19.25	145.5	20.5	38	164	2	158	5.28	20	114	.08	.19	2.66	43	3.6	.03
TKK90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	17.79	2.67	3.53	21	230	24.06	151	253	4	198	1.74	3	12	.	.09	.02	.	-	-
TK38	Мандарины	100	50	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
TKK 136	Кофейный напиток	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	-	-
-	Хлеб дарницкий	30	5.4	1.88	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	93.6	1.68	2.16	9.6	.05	.	-	-	1.18	-
	Итого		188.34	18.57	20.27	90.15	660.3	305.61	235	638	8.82	1363.6	21.7	28.16	189.6	.56	.62	83.6	51.28	7.28	.03
	Всего за день		357.16	40.85	49.04	198.01	1404.65	458.81	382.05	827.85	14.28	2185.4	30.9	31.51	235.51	.92	.73	97.4	62.49	8.55	.09

Заведующий
столовой
(должность)

О.В. Илюшкина
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B7C...
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)
Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынского"
С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"
В.Ю. Лыкова
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫ
Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1
День: 4

МЕНЮ
2 Мая 2024г.

Диета-сах.диабет-Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Завтрак - Льготники 1-4 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	28.16	1.3	.06	1.9	12	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-
ТТК №90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	14.82	4.59	6.92	25.88	234.52	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	-
ТТК 117.	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	68.28	11.7	10.8	18	162	20.43	5.04	25.56	.27	157.5	3.6	8.55	87.57	.07	.11	2.17	48.6	-	-
ТТК38	Мандарины	100	50	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
ТТК 28.	Кофейный напиток (быстрорастворимый) без сахара	200	18	1.88	1.98	8.12	57	181	141	22.5	.15	168	9	2	20	.05	.15	1	1.35	30	-
-	Хлеб дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	Итого		183.76	21.27	20.24	71.65	555.02	303.97	119.04	12.06	5.07	1046.5	21.25	16.03	169.88	.46	.51	66.35	49.37	36.33	0
Обед - Льготники 1-4 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью и маслом растительным	60	20	1.5	3.1	3.1	46	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	.01	-	-	4.2	-	-	
ТТК 7 зам.	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	61.9	7.07	7.82	12.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-
ТТК №142.	Сосиска отварная	50	39.5	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	.05	-	-	-	-	-	
ТТК 13 (январь)	Капуста тушеная	150	35.08	3.8	6.3	22.8	239	90	29	59	1.2	423.3	4.49	.44	14.96	.04	.05	27	.11	.	-
ТТК/111/..	Компот из клубники без сахара	200	14.84	.	.	5.3	55	21	9	12	.	-	-	-	.02	-	12	-	.	-	
	Итого		171.32	18.47	26.52	53.3	623	195.7	86.05	252.6	4.58	667.3	5.29	.45	19.77	.18	.07	15.31	39.01	.82	0
	Всего за день		355.08	39.74	46.76	124.95	1178.02	499.67	405.09	564.66	9.65	1713.8	26.54	16.48	189.66	.64	.58	81.66	88.38	37.15	0
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	28.16	1.24	.06	.53	3.78	13.14	13.2	18.6	.32	84.6	1.8	.18	10.2	.02	.02	6	6	-	-
ТТК 117.	Котлета рубленая из птицы (филе)	100	77	13	12	20	180	22.7	5.6	28.4	.	175	4	9.5	97.3	.08	.12	2.41	54	-	-
ТТК90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	14.5	8.74	8.27	40.58	269.67	24.06	151	253	4	198	1.74	3	12	.	.09	.02	.	-	-
ТТК38	Мандарины	100	50	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
ТТК 28.	Кофейный напиток (быстрорастворимый) без сахара	200	18	1.88	1.98	8.12	57	181	141	22.5	.15	168	9	2	20	.05	.15	1	1.35	30	-
-	Хлеб дарницкий	50	10	2.8	.56	20.5	103	.08	-	-	.	156	2.8	3.6	16	.08	.16	-	-	1.96	-
	Итого		197.66	28.06	23.07	97.23	651.45	308.98	336.8	368.5	6.07	1175.6	23.34	19.28	189.5	.61	.	78.15	47.43	32.36	0
Обед - Льготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью и маслом растительным	60	20	1.5	3.1	3.1	46	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	.01	-	-	4.2	-	-	
ТТК 7 зам.	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	61.9	7.07	7.82	12.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-
ТТК №142.	Сосиска отварная	50	39.5	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	.05	-	-	-	-	-	
ТТК 13 (январь)	Капуста тушеная	180	42.08	4.56	7.56	27.36	288.8	108	34.8	70.8	1.44	507.96	5.39	.53	17.95	.05	.06	32.4	.13	.36	-
ТТК/111/..	Компот из клубники без сахара	200	14.84	.	.	5.3	55	21	9	12	.	-	-	-	.02	-	12	-	.	-	
	Итого		178.32	19.23	27.78	57.86	670.8	213.7	91.85	264.4	4.82	751.96	6.19	.54	22.76	.19	.08	15.33	44.41	.88	0
	Всего за день		375.98	47.29	50.85	155.09	1322.25	522.68	428.65	632.9	10.89	927.56	29.53	19.82	212.26	.	.68	93.48	91.84	33.24	0

Заведующий
столовой
(должность)

О.В. Илюшкина
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D297974242
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)
Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024