

В.Ю. Лыкова

**МЕНЮ**

3 Октября 2024г

Льготники

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

№ 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	мг	мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
TK,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	22	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	25	-	-	-	-	.01	-	4.2	-	.05	-		
TK35	Картофельное пюре,	150	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	-	.06		
TK7	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	52	7.07	7.82	15.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	-	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-		
TK142	Сосиска отварная	50	50	4.59	10	.16	109.02	14.75	8.2	66.39	.82	-	-	-	-	.08	-	-	-	.16	-		
-	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	-	-	-	-		
TK//111/	Компот из смородины	200	31	-	-	14.9	85	4	4	3	-	145	.44	.46	7.4	-	.01	4	5.2	-	-		
	<b>Итого</b>		<b>198</b>	19.93	27.01	87.04	638.17	145.95	145.25	272.24	5.28	841.8	9.54	3.81	52.61	.47	.12	16.24	13.21	1.53	.06		
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
TKK 546.	Огурец свежий (порционно).	60	28	.55	-	3.8	8	11.5	21	7	-	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-		
TKK 117	Котлета рубленная из птицы (филе)	90	70	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		
TK 90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	21	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	-	.08	1	-	4.9	-		
TKK 136	Кофейный напиток с молоком	200	25	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	-	-		
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	-	13.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	-	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-		
TKK243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-		
	<b>Итого</b>		<b>156</b>	21.14	19	94.78	584.5	214.02	188.2	510.6	6.86	660.5	19.2	25.98	154.55	.63	5.51	62.9	11.6	9.45	.03		
	<b>Всего за день</b>		<b>354</b>	41.07	46.01	181.82	1222.67	359.97	333.45	782.84	12.14	1502.3	28.74	29.79	207.16	1.1	5.63	79.14	24.81	10.98	.09		
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
TK,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	80	20	2	4.14	4.14	62.4	13.6	11.2	20	.34	-	-	-	-	.02	-	5.6	-	.06	-		
TK7	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	52	7.07	7.82	15.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	-	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-		
TK142	Сосиска отварная	50	50	4.59	10	.16	109.02	14.75	8.2	66.39	.82	-	-	-	-	.08	-	-	-	.16	-		
TK 35, (сен)	Картофельное пюре.	180	35	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	-	-	-	-		
TK//111/	Компот из смородины	200	25	-	-	14.9	85	4	4	3	-	145	.44	.46	7.4	-	.01	4	5.2	-	-		
	<b>Итого</b>		<b>192</b>	21.67	30.71	94.06	717.97	149.35	148.05	277.24	5.37	841.8	9.54	3.81	52.61	.48	.12	18	14.61	1.34	.06		
<b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
-	Огурец свежий (порционно)	80	35	1.65	.08	-	9.6	17.52	17.6	24.8	.43	112.8	2.4	.24	13.6	.02	.03	8	8	-	-		
TKK 117	Котлета рубленная из птицы (филе)	100	75	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	25	2.67	3.53	21	230	24.06	151	253	4	198	1.74	3	12	-	.09	.02	-	-	-		
TKK 136	Кофейный напиток с молоком	200	25	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	-	-		
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	-	13.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	-	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-		
TKK243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-		
	<b>Итого</b>		<b>172</b>	20.32	15.59	86.9	602.1	223.15	213.6	586.8	7.79	738.1	20.62	28.54	171.23	.74	5.54	75.6	11.69	4.86	.03		
	<b>Всего за день</b>		<b>364</b>	41.99	46.3	180.96	1320.07	372.5	361.65	864.04	13.16	1579.9	30.16	32.35	223.84	1.22	5.66	93.6	26.3	6.2	.09		

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
 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

Неделя: 1  
День: 4

### МЕНЮ

3 Октября 2024г.

#### Льготники

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

№ 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
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
ТТК 546.	Огурец свежий (порционно).	60	28	.55	.	3.8	8	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	.	.05	.
ТТК 117	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	70	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
ТТК 90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	21	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	.
ТТК 136	Кофейный напиток с молоком	200	25	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	.	.
.	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	.	13.2	58.5	.03	.	.	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	.	.28	.
ТТК243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	.	.	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	.	.	.98	.
	Итого		156	21.14	19	94.78	584.5	214.02	188.2	510.6	6.86	660.5	19.2	25.99	154.58	.63	5.51	62.9	11.6	9.45	.03
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	22	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	.	.	.	.	.01	.	4.2	.	.05	.
ТТК35	Картофельное пюре,	150	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06
ТТК 7	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	52	7.07	7.82	15.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	.
ТТК №142.	Сосиска отварная	50	50	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	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	.	.	.	.
ТТК/111/	Компот из смородины	200	31	.	.	14.9	85	4	4	3	.	145	.44	.46	7.4	.	.01	4	5.2	.	.
	Итого		198	21.04	26.11	96.88	662.15	149.2	147.05	286.85	5.46	941.8	9.54	3.81	52.61	.49	.12	16.24	13.21	1.37	.06
	Всего за день		354	42.18	45.11	191.66	1246.65	363.22	335.25	97.45	12.32	1602.3	28.74	29.79	207.16	1.12	5.63	79.14	24.81	10.82	.09
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
.	Огурец свежий (порционно)	80	35	1.65	.08	.	9.6	17.52	17.6	24.8	.43	112.8	2.4	.24	13.6	.02	.03	8	8	.	.
ТТК 117	Котлета рубленая из птицы (филе)	100	75	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
ТТК90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	25	2.67	3.53	21	230	24.06	151	253	4	198	1.74	3	12	.	.09	.02	.	.	.
ТТК 136	Кофейный напиток с молоком	200	25	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	.	.
.	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	.	13.2	58.5	.03	.	.	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	.	.28	.
ТТК243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	.	.	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	.	.	.98	.
	Итого		172	20.32	15.59	86.9	602.1	223.15	213.6	586.8	7.79	738.1	20.62	28.54	171.23	.74	5.54	75.6	11.69	4.86	.03
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью	80	20	2	4.14	4.14	62.4	13.6	11.2	20	.34	.	.	.	.	.02	.	5.6	.	.06	.
ТТК 7	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	52	7.07	7.82	15.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	.
ТТК №142.	Сосиска отварная	50	40	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	.	.	.	.	.	.	.	.	.
ТТК 35, (сен)	Картофельное пюре.	180	35	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	.	.	.	.
ТТК/111/	Компот из смородины	200	25	.	.	14.9	85	4	4	3	.	145	.44	.46	7.4	.	.01	4	5.2	.	.
	Итого		182	22.78	29.81	103.9	741.95	152.6	149.85	291.85	5.55	941.8	9.54	3.81	52.61	.	.12	18	14.61	1.18	.06
	Всего за день		354	43.1	45.4	190.8	1344.05	375.75	363.45	78.65	13.34	1679.9	30.16	32.35	223.84	1.24	5.66	93.6	26.3	6.04	.09

Заведующий  
столовой  
(должность)

О.В. Илюшкина  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
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 (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1  
День: 4

## МЕНЮ

3 Октября 2024г

### Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (ккал калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E мкг	D мкг
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд+птица )</b>																					
тк 546.	Огурец свежий (порционно).	60	24.48	.55	.	3.8	8	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	.	.05	.
тк 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	.
тк1а	Гуляш из говядины	90	87.84	13.95	12.51	11.79	184.5	12.6	18	135	1.8	243	5.71	.	49.9	.04	.11	.	.01	1.98	.
тк38	Мандарины	100	60	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	.
тк10.	Чай с сахаром	200	3	.	.	10	41	5	4	8	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
тк 243.	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	4.5	1.98	.	12.2	58.5	7.25	37.5	11.25	.	.	.	.	.	95	.	.02	.	.35	.
	Итого		194.64	21.67	19.93	71.17	544	127.35	232.5	418.25	7.1	886	12.96	3.68	104.22	95.34	.28	16.41	47.12	7.68	0
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд+птица )</b>																					
тк ,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	20	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	.	.	.	.	.01	.	4.2	.	.05	.
тк7. (сент)	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом	250/15	47.04	7.07	7.82	12.1	150	56.5	85.6	29	1.4	.	.	.	.	.06	.	11	.22	.28	.
тк№23 4( Сотр)	Треска припущенная	90	92.8	11.7	9	13.5	182.7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
тк 72 (январ.)	Картофель отварной	150	25.18	3	7.65	23.85	181.5	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	4.13	.55	33.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	.	.	.	.
тк//111/	Компот из смородины	200	31	.	.	14.9	85	4	4	3	.	145	.44	.46	7.4	.	.01	4	5.2	.	.
	Итого		225.02	27.5	28.22	100.93	761.35	84.2	164	64.25	3.33	226.8	4.34	3.56	21.4	.25	.04	5.42	19.2	1.23	0
	Всего за день		419.66	49.17	48.15	172.1	1305.35	211.55	396.5	482.5	10.43	1112.8	17.3	7.24	125.62	95.59	.32	21.83	66.32	8.91	0

Заведующий  
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)  
Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

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

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211  
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 3 Октября 2024г

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (ккал калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E МКг	D МКг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
<b>Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )</b>																					
ТТК 546.	Огурец свежий (порционно).	60	28	.55	.	3.8	8	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-
ТТК 117	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	80	10.12	10.7	13.25	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 90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	21	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	-
ТТК 136	Кофейный напиток с молоком	200	25	1.5	1.3	22.4	107	161	7	145	1	168	9	2	20	.02	.15	1	23.8	-	-
ТТК 244	Хлеб дарницкий + хлеб пшеничный йодированный	50	12	3.38	.48	22.45	110	61	36	225	6.46	112.7	3.2	3.8	9.1	.16	.04	-	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	<b>20.14</b>	<b>19.5</b>	<b>87.78</b>	<b>584.5</b>	<b>274.95</b>	<b>224.2</b>	<b>735.6</b>	<b>12.96</b>	<b>671.9</b>	<b>20.2</b>	<b>26.48</b>	<b>152.02</b>	<b>.47</b>	<b>.47</b>	<b>62.9</b>	<b>11.59</b>	<b>8.19</b>	<b>.03</b>
<b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( обед 1-4 классы )</b>																					
ТТК ,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	22	2.5	3.1	6.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	-	.01	-	4.2	-	.05	-
ТТК35	Картофельное пюре,	150	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06
ТТК 7	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	275	52	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 с соусом томатным	100	100	13.5	14.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	.	-	-	-	-	-
ТТК 468	Компот из компотной смеси	200	31	.	.	27.7	113	8	4	6	.	25	.	-	.	.02	-	2	1	.	-
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	.	13.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-
ТТК 243	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	-	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>248</b>	<b>26.19</b>	<b>28.97</b>	<b>113.1</b>	<b>786.42</b>	<b>164.98</b>	<b>128.55</b>	<b>365.35</b>	<b>6.34</b>	<b>886.3</b>	<b>31.1</b>	<b>3.25</b>	<b>39.17</b>	<b>.65</b>	<b>5.09</b>	<b>12.04</b>	<b>11.22</b>	<b>.95</b>	<b>.06</b>
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы )</b>																					
ТТК 5	Макаронные изделия отварные	150	15	4.5	2.8	28.71	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07
ТТК110 (январь)	Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	60/50	45.35	8.53	15.86	10.64	219.38	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ТТК 136,	Напиток кофейный с молоком	200	18.15	2.5	2.32	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-
ТТК243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	<b>Итого</b>		<b>83</b>	<b>16.93</b>	<b>21.26</b>	<b>72</b>	<b>568.88</b>	<b>174.24</b>	<b>15.4</b>	<b>88.2</b>	<b>2.31</b>	<b>348</b>	<b>11.72</b>	<b>3.8</b>	<b>48.24</b>	<b>.13</b>	<b>.26</b>	<b>.05</b>	<b>1</b>	<b>1.94</b>	<b>.07</b>

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
 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 (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1  
 День: 4

**МЕНЮ**

3 Октября 2024г

**Диета-сах.диабет-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 мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E МКг	D МКг
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																					
	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	-	-
ткк 117.	Котлета рубленая из птицы (филе)	100	75	13	12	20	180	22.7	5.6	28.4	.	175	4	9.5	97.3	.08	.12	2.41	54	-	-
ткк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	20	8.74	8.27	40.58	269.67	24.06	151	253	4	198	1.74	3	12	.	.09	.02	.	-	-
ткк38	Мандарины	100	35	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
ткк 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	-
ткк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	<b>Итого</b>		<b>182.16</b>	<b>26.66</b>	<b>22.79</b>	<b>86.98</b>	<b>599.95</b>	<b>308.94</b>	<b>336.8</b>	<b>368.5</b>	<b>5.72</b>	<b>1097.6</b>	<b>21.94</b>	<b>17.48</b>	<b>181.5</b>	<b>.57</b>	<b>.52</b>	<b>78.15</b>	<b>47.43</b>	<b>31.38</b>	<b>0</b>
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																					
ткк ,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	20	1.5	3.1	3.1	46	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	-	.01	-	-	4.2	-	-
ткк 7	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250/15/10	52	7.07	7.82	12.1	150	56.5	29.65	85.6	1.43	144	.	.01	4.81	.06	.02	.01	11	.22	-
ткк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	41.06	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	.	-	-	-	-	-
ткк72. (сент).	Картофель отварной .	150	25.16	2.9	4.7	19.8	131	21	30	79	1.2	471	4.4	.24	26.4	.15	.05	21	.04	.	.65
ткк/ /111 без сах.	Компот из смородины без сахара	200	29.6	.	.	8.5	34	4	4	3	-	96.6	.	7.9	.	.01	-	4	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>167.82</b>	<b>22.97</b>	<b>33.92</b>	<b>63.5</b>	<b>627</b>	<b>127.7</b>	<b>92.05</b>	<b>344.6</b>	<b>4.88</b>	<b>911.6</b>	<b>6.1</b>	<b>8.15</b>	<b>32.11</b>	<b>.33</b>	<b>.07</b>	<b>15.24</b>	<b>25.01</b>	<b>.42</b>	<b>.65</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>349.98</b>	<b>49.63</b>	<b>56.71</b>	<b>150.48</b>	<b>1226.95</b>	<b>436.64</b>	<b>428.85</b>	<b>713.1</b>	<b>10.6</b>	<b>2009.2</b>	<b>28.04</b>	<b>25.63</b>	<b>213.61</b>	<b>.</b>	<b>.59</b>	<b>93.39</b>	<b>72.44</b>	<b>31.8</b>	<b>.65</b>

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024