

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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
День: 2

МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			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 - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия на пшен.муку и яйцо)																					
ттк545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	60/2	30	.55	.	3.8	12	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-
-	Мясо отварное	50	100	12.5	8.4	-	127	15	16	92	1	-	-	-	-	.03	-	-	-	-	-
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	20	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	5.4	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-
	Итого		165.4	22.63	14.45	68.43	475.95	47.75	222.3	529	6.75	344	3.7	3.72	10.4	9.96	.03	14.1	55.22	21.53	.01
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия на пшен.муку и яйцо)																					
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	15	.96	3.06	4.14	48	31.2	9	16.2	.39	180	1.8	.18	6	.02	.02	23.4	.02	1.44	-
тк12. (январь)	Рассольник "Ленинградский" с мясом	250/15	50	5.32	5.32	27.85	184	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 39 (январь)	Котлета Любительская из минтая	90	58	9.18	7.88	5.4	201.6	37.8	16.2	162	.	38.16	119.16	12.51	9.95	.07	.08	1.8	.12	.72	.77
тк 30 (сентябрь)	Картофель тушеный с луком	150	30	9.1	14.4	17.7	211	28	27	79	1	-	-	-	-	.	-	9	-	6.8	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	3.8	.	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	.	-
тк 38	Груша	130	70.2	.52	.39	13.69	61.1	24.7	15.6	20.8	2.99	201.5	1.3	.13	13	.02	.04	6.5	2.6	.52	-
тк 21	Напиток апельсиновый	200	18	.	-	25.7	104	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	.	-
	Итого		250.2	29.08	31.55	119.48	932.7	143.2	136.8	300.25	6.46	452.28	122.61	12.9	31.95	.	.14	2.74	45.7	10.38	.77
	Всего за день		415.6	51.71	46	187.91	1408.65	190.95	359.1	829.25	13.21	796.28	126.31	16.62	42.35	10.26	.17	16.84	100.92	31.91	.78

Заведующий
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
 День: 2

МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			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
Завтрак - Льготники 5-11 классов (доп.инф. аллергия на мол. изделия)																					
тк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	80/2	30	.73	.13	5.07	16	15.33	28	9.33	.	112	2.4	.24	13.6	.03	.04	9.6	-	.07	-
тк 5	Макаронные изделия отварные	180	15	3	5.76	39.96	229.2	15.84	10.08	51.84	1.15	122.4	1.58	-	24.29	.08	.04	-	.05	1.15	.08
тк110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13.7	15	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	5.4	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-
	Итого		165.4	19.41	21.23	90.53	611	77.22	65.08	189.57	4.47	450.4	14.78	1.78	65.49	9.81	.11	14.15	60.5	6.4	.08
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. аллергия на мол. изделия)																					
тк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	15	1.6	5.1	6.9	80	52	15	27	.65	300	3	.	10	.03	.03	39	.03	2.4	-
тк12. (январь)	Рассольник "Ленинградский" с мясом	250/15	50	5.32	5.32	27.85	184	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 39 (январь)	Котлета Любительская из минтая	100	58	10.2	8.76	6	224	42	18	180	1	42.4	132.4	13.9	11.06	.08	.09	2	.13	.	.86
тк 30 (сен)	Картофель тушеный с луком	180	30	10.92	17.28	21.24	253.2	33.6	32.4	94.8	1.2	-	-	-	-	.12	-	10.8	-	8.16	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	3.8	.	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	.	-
тк 21	Напиток апельсиновый	200	18	.	-	25.7	104	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	.	-
	Итого		180	32.04	36.96	112.69	968.2	149.1	134.4	324.05	4.03	375	135.75	14.28	24.06	.32	.12	.16	56.8	12.26	.86
	Всего за день		345.4	51.45	58.19	203.22	1579.2	226.32	199.48	513.62	8.5	825.4	150.53	16.06	89.55	10.13	.23	14.31	117.3	18.66	.94

Заведующий
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН В.Ю. Лыкова
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
 День: 2

МЕНЮ
 3 Декабря 2024г

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва,			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
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																					
ттк 54б.	Огурец свежий (порционно).	100	51.02	2.17	.	.93	13.33	19.17	35	11.67	.	163.33	.17	.17	8.33	.03	.02	12	.	.08	.
ттк1а	Гуляш из говядины	100	110	15.5	15.9	3.1	235	14	20	150	2	270	6.34	.	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	.
ттк361 (сент)	Каша перловая с овощами	180	20	11.4	17.52	45.24	384	44.4	43.2	234	1.92	170.4	.	39.6	.	.08	.01	2.4	.76	8.28	.
тк 27,	Чай с лимоном без сахара	200	5	.	.	.66	4.22	8	5	10	.	10.8	.	.	.	1	.	.	3	.	.
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	.	.	.35	7.21	.	37.5	11.75	.98	.
	Итого		190.52	30.77	33.8	60.18	688.05	85.61	103.2	405.67	4.77	614.53	6.51	39.77	63.77	8.36	.15	15.52	52.9	11.54	0
Обед - Льготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																					
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	15	1.6	5.1	6.9	80	52	15	27	.65	300	3	.	10	.03	.04	39	.04	2.4	.
тк12 (март)	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	35	3	5.8	17.2	133	34	27	79	1	471	4.4	.24	26.4	.09	.05	8	.21	.	.
ттк 39	Котлета из минтая с сыром	100	58	13.2	13.7	11.58	225	211.2	34	266	.65	278	44	39	378	.18	.12	.83	72	2.29	.01
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	150	40	4.61	6.15	31.48	221.19	39.83	93	31.7	1.2116	.01	25.45	54	.28	1.65
тк 21диа	Напиток апельсиновый без сахара	200	15	.	.04	2.07	9.46	5	2	3	101	.	3	.	.	.
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	.	.	.35	7.21	.	37.5	11.75	.98	.
	Итого		167.5	23.91	31.07	79.48	720.15	342.07	171	406.7	4.86	1049	51.4	39.54	414.4	7.68	.22	138	113.78	6.55	1.66
	Всего за день		358.02	54.68	64.87	139.66	1408.2	427.68	274.2	812.37	9.63	1663.53	57.91	79.31	478.17	16.04	.37	153.52	166.68	18.09	1.66
Обед - Учащиеся 1-11 классов (родительская плата) (ГПД)																					
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	15	3.4	6.06	4.14	48	31.2	9	16.2	.39	180	1.8	.18	6	.02	.02	23.4	.02	1.44	.
тк 12	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	275	60	5.32	6	17.9	132	34	27	79	1	312.2	4.9	.26	29.3	.04	.08	8	.21	.	.65
ттк 39	Котлета из минтая с сыром	90	60	11.88	12.33	10.42	202.5	190.08	30.6	239.4	.59	250.2	39.6	35.1	340.2	.16	.11	.75	64.8	2.06	.01
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	150	40	4.61	6.15	31.48	221.19	39.83	93	31.7	1.2116	.01	25.45	54	.28	1.65
	Хлеб пшеничный + дарницкий	20/20	9	2.72	.43	18	92	.06	9.84	.	.	43	12.24	.
тк 21	Напиток апельсиновый	200	15	.	.	25.7	104	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	.	5	.	.	.
	Итого		199	28.13	30.97	107.64	799.69	803.17	162.6	371.3	3.79	775	46.65	35.62	378.5	10.23	.22	162.03	62.6	16.32	2.31

Заведующий
 столовой
 (должность)

О.В. Илюшкина
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (расшифровка подписи)
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Пыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211

Кому выдан: ЛЬКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
День: 2

МЕНЮ

3 Декабря 2024 г

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D	
																						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)																						
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	15	.96	3.06	4.14	48	31.2	9	16.2	.39	180	1.8	.18	6	.02	.02	23.4	.02	1.44	-	
тк12 (март)	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	35	3	5.8	17.2	133	34	27	79	1	471	4.4	.24	26.4	.09	.05	8	.21	-	-	
ттк 39	Котлета из минтая с сыром	90	66	11.88	12.33	10.42	202.5	190.08	30.6	239.4	.59	250.2	39.6	35.1	340.2	.16	.11	.75	64.8	2.06	.01	
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	150	43	4.61	6.15	31.48	221.19	39.83	93	31.7	1.21	-	-	-	-	.16	.01	25.45	54	.28	1.65	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3.8	-	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	-	-	
тк 21	Напиток апельсиновый	200	15	-	-	25.7	94	8	3	5	-	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	-	-	
	Итого		184	24.45	27.84	113.94	821.69	316.61	228.6	888.55	4.37	933.8	46.15	35.6	375.6	.52	.19	119.03	62.6	4.88	1.66	
Полдник - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																						
ттк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	60/2	30	.55	-	3.8	12	11.5	21	7	-	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-	
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07	
ттк110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13.7	15	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-	
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	-	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-	
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-	
	Итого		166	18.73	20.24	82.6	568.8	70.75	56.4	178.6	4.18	402	13.92	1.72	58.04	9.79	.09	14.14	58.1	6.19	.07	
	Всего за день		350	43.18	48.08	196.54	1390.49	987.36	285	567.15	8.55	1335.6	60.07	37.32	433.64	10.31	.28	133.17	120.7	11.07	1.73	
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																						
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	15	1.6	5.1	6.9	80	52	15	27	.65	300	3	-	10	.03	.04	39	.04	2.4	-	
тк12 (март)	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	35	3	5.8	17.2	133	34	27	79	1	471	4.4	.24	26.4	.09	.05	8	.21	-	-	
ттк 39	Котлета из минтая с сыром	100	62	13.2	13.7	11.58	225	211.2	34	266	.65	278	44	39	378	.18	.12	.83	72	2.29	.01	
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	180	46	5.53	7.38	37.78	265.43	47.8	111.6	38.04	1.45	-	-	-	-	.19	.01	30.54	64.8	.34	1.98	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3.8	-	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	-	-	
тк 21	Напиток апельсиновый	200	15	-	-	25.7	94	8	3	5	-	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	-	-	
	Итого		183	27.33	32.48	124.16	920.43	366.5	256.6	432.28	4.93	1081.6	51.75	39.62	417.4	.58	.22	137.05	83.37	6.13	1.99	
Полдник - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																						
ттк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	80/2	30	.74	.14	5.06	16	15.34	28	9.34	-	112	2.4	.24	13.6	.02	.04	9.6	-	.06	-	
ттк110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13.7	15	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-	
тк 5	Макаронные изделия отварные	180	16	3.6	5.76	37.56	229.2	13.2	8.4	43.2	.96	61.2	.73	-	12.1	-	-	.02	-	-	.03	
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	-	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-	
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-	
	Итого		167	20.02	21.24	88.12	611	74.59	63.4	180.94	4.28	389.2	13.93	1.78	53.3	10.52	.17	14.1	60.52	6.04	.03	
	Всего за день		350	47.35	53.72	212.28	1531.43	441.09	320	513.23	9.21	1470.8	65.68	41.4	470.7	11.1	.39	151.15	143.89	12.17	2.02	

Заведующий
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

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

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Пыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211

Кому выдан: ЛЬКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
День: 2

МЕНЮ

3 Декабря 2024 г

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва,			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 - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
ттк545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	60/2	30	.55	.	3.8	12	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-
ттк110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13.7	15	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-
	Итого		166	18.73	20.24	82.6	568.8	70.75	56.4	178.6	4.18	402	13.92	1.72	58.04	9.79	.09	14.14	58.1	6.19	.07
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	15	.96	3.06	4.14	48	31.2	9	16.2	.39	180	1.8	.18	6	.02	.02	23.4	.02	1.44	-
тк12 (март)	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	35	3	5.8	17.2	133	34	27	79	1	471	4.4	.24	26.4	.09	.05	8	.21	.	-
ттк 39	Котлета из минтая с сыром	90	66	11.88	12.33	10.42	202.5	190.08	30.6	239.4	.59	250.2	39.6	35.1	340.2	.16	.11	.75	64.8	2.06	.01
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	150	43	4.61	6.15	31.48	221.19	39.83	93	31.7	1.21	-	-	-	-	.16	.01	25.45	54	.28	1.65
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3.8	.	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	.	-
тк 21	Напиток апельсиновый	200	15	.	-	25.7	94	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	.	-
	Итого		184	24.45	27.84	113.94	821.69	316.61	228.6	888.55	4.37	933.8	46.15	35.6	375.6	.52	.19	119.03	62.6	4.88	1.66
	Всего за день		350	43.18	48.08	196.54	1390.49	587.36	285	567.15	8.55	1335.6	60.07	37.32	433.64	10.31	.28	133.17	120.7	11.07	1.73
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
ттк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	80/2	30	.74	.14	5.06	16	15.34	28	9.34	.	112	2.4	.24	13.6	.02	.04	9.6	-	.06	-
ттк110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13.7	15	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-
тк 5	Макаронные изделия отварные	180	16	3.6	5.76	37.56	229.2	13.2	8.4	43.2	.96	61.2	.73	-	12.1	.	.	.02	-	.	.03
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-
	Итого		167	20.02	21.24	88.12	611	74.59	63.4	180.94	4.28	389.2	13.93	1.78	53.3	10.52	.17	14.1	60.52	6.04	.03
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	15	1.6	5.1	6.9	80	52	15	27	.65	300	3	.	10	.03	.04	39	.04	2.4	-
тк12 (март)	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	35	3	5.8	17.2	133	34	27	79	1	471	4.4	.24	26.4	.09	.05	8	.21	.	-
ттк 39	Котлета из минтая с сыром	100	62	13.2	13.7	11.58	225	211.2	34	266	.65	278	44	39	378	.18	.12	.83	72	2.29	.01
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	180	46	5.53	7.38	37.78	265.43	47.8	111.6	38.04	1.45	-	-	-	-	.19	.01	30.54	64.8	.34	1.98
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3.8	.	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	.	-
тк 21	Напиток апельсиновый	200	15	.	-	25.7	94	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	.	-
	Итого		183	27.33	32.48	124.16	920.43	366.5	256.6	432.29	4.93	1081.6	51.75	39.62	417.4	.58	.22	137.05	83.37	6.13	1.99
	Всего за день		350	47.35	53.72	212.28	1531.43	441.09	320	513.23	9.21	1470.8	65.68	41.4	470.7	11.1	.39	151.15	143.89	12.17	2.02

Заведующий
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
 День: 2

МЕНЮ
 3 Декабря 2024г

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			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	
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)																						
ттк545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	60/2	30	1.3	.06	3.8	22	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-	
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07	
ттк110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13	14.8	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-	
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	10	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-	
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.4	.28	10.25	51.5	.05	-	-	.42	93.6	1.68	2.16	9.6	.05	-	-	-	1.18	-	
	Итого		166	18.5	19.94	80.55	568.5	70.75	56.4	178.6	4.18	495.6	15.6	3.88	67.64	1.19	.19	.04	13.1	6.19	.07	
Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) (доп.инф. 2 смена)																						
ттк53	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	15	3.4	6.06	4.14	48	31.2	9	16.2	.39	180	1.8	.18	6	.02	.02	23.4	.02	1.44	-	
тк 12	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	275	60	5.32	6	17.9	132	34	27	79	1	312.2	4.9	.26	29.3	.04	.08	8	.21	.	.65	
ттк39	Котлета из минтая с сыром	90	58	9.2	7.75	6	161	190.08	30.6	239.4	.59	250.2	39.6	35.1	340.2	.16	.11	.75	64.8	2.06	.01	
ттк422	Картофель, запеченный по-деревенски	150	40	4.61	6.15	31.5	221.19	39.83	93	31.7	1.21	-	-	-	-	.16	.01	25.45	54	.28	1.65	
тк 38	Груша	120	64.8	.	.	10	56	22.8	14.4	19.2	2.76	186	1.2	.12	12	.02	.04	6	2.4	.48	-	
тк 21	Напиток апельсиновый	200	18	.	-	25.7	94	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	.	-	
.	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	.	11.2	58.49	.03	-	-	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-	
ТТК 243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	5	2.15	.	11.2	56.46	7.25	37.5	11.75	.95	23	25	1.5	3.63	.04	.01	-	-	-	-	
	Итого		265.8	27.26	26.96	117.64	827.14	333.19	214.5	402.25	7.01	1007.3	73.65	38.74	397.76	.73	5.27	121.43	68.61	4.84	2.31	
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																						
тк142	Сосиска отварная	50	42.5	4.59	10	.16	109.02	14.75	8.19	66.39	.82	-	-	-	-	.09	-	-	-	.16	-	
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	3	4.8	31.3	191	11	7	36	.	51	.61	-	10.08	.67	.08	.02	-	.67	.02	
ттк434	Кисель "Витошка"	200	21	.	-	24.23	95	60	20	3	2.3	15.2	-	-	-	.	.34	20	130	2.35	1.68	
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	-	
	Итого		83	9.19	15.08	65.94	446.52	85.79	35.19	105.39	4.27	144.2	2.01	1.8	18.08	1.1	.	130	20.02	4.16	1.7	

Заведующий
 столовой
 (должность)

О.В. Илюшкина
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025