

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: 5

**МЕНЮ**  
 4 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>          |  |               |              |                    |              |               |                   |                      |               |               |             |              |              |              |                |            |            |              |              |             |             |
| ТТК453  | Каша молочная овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным | 205           | 38           | 6.1                | 8.6          | 30.8          | 233.5             | 147                  | 32.2          | 155.7         | .45         | 151          | 8.92         | 9.76         | 37             | .07        | .12        | 1.56         | 44           | .17         | -           |
| ТК 38   | Груша  | 120           | 68           | 1.5                | .            | 10            | 55.9              | 22.8                 | 14.4          | 19.2          | 2.76        | 186          | 1.2          | .12          | 12             | .02        | .04        | 6            | 2.4          | .48         | -           |
| ТК10.   | Чай с сахаром  | 200           | 5            | .                  | -            | 10            | 41                | 5                    | 4             | 8             | 1           | -            | -            | -            | -              | -          | -          | -            | -            | -           | -           |
| ТТК 243/2   | Батон витаминный " На здоровье"                                | 30            | 10           | 1.88               | 1.2          | 12.85         | 60.7              | 4.75                 | 16.25         | 3.25          | .           | 166          | 1.1          | 2            | 4.8            | .03        | .01        | -            | -            | .43         | -           |
| ТТК 552   | Кекс творожный   | 50            | 45           | 9                  | 9            | 23            | 195.5             | 203                  | 15.2          | 142           | .62         | -            | -            | -            | -              | .05        | -          | .14          | 42           | -           | -           |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>166</b>   | <b>18.68</b>       | <b>19.4</b>  | <b>86.65</b>  | <b>586.6</b>      | <b>382.55</b>        | <b>82.05</b>  | <b>328.15</b> | <b>5.13</b> | <b>503</b>   | <b>11.22</b> | <b>11.88</b> | <b>53.8</b>    | <b>.17</b> | <b>.17</b> | <b>88.4</b>  | <b>7.7</b>   | <b>1.08</b> | <b>0</b>    |
| <b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( обед 1-4 классы )</b> |  |               |              |                    |              |               |                   |                      |               |               |             |              |              |              |                |            |            |              |              |             |             |
| ТТК171  | Салат из свеклы с сыром  | 60            | 24           | 2.39               | 5.22         | 3.92          | 64                | 129                  | 70.61         | 130           | .66         | 128.3        | 4            | 1.51         | 8.8            | .01        | .04        | 4.32         | 18.9         | 2.21        | .08         |
| ТК28  | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью                          | 275           | 33           | 3.58               | 3.7          | 28            | 128               | 28.75                | 44.75         | 35            | .95         | 87.2         | 4.8          | 8            | 42             | .05        | .09        | 1            | -            | .38         | .           |
| ТТК 248   | Мясо Духовое   | 200           | 123          | 15.5               | 16.4         | 25.8          | 365               | 115                  | 209           | 230           | 2.1         | 670          | 6.34         | 24           | 55440          | .          | .12        | 23           | 36           | .           | .01         |
| ТТК 434   | Кисель "Витошка"   | 200           | 21           | .                  | -            | 20            | 95                | 60                   | 20            | 3             | 2.3         | 15.2         | -            | -            | -              | .          | .34        | 20           | 130          | 2.35        | 1.68        |
| .   | хлеб "Пшеничный" йодированный                                  | 25            | 5            | 1.98               | .            | 12.2          | 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        | -            | -            | -           | -           |
| .   | Вафли  | 50            | 37           | 1.5                | 1.5          | 15            | 74                | 12                   | 10            | 45            | 1.05        | -            | -            | -            | -              | .04        | -          | -            | 5            | 1.75        | -           |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>248</b>   | <b>27.3</b>        | <b>27.38</b> | <b>117.22</b> | <b>841.36</b>     | <b>352.03</b>        | <b>391.86</b> | <b>454.75</b> | <b>8.02</b> | <b>947</b>   | <b>40.94</b> | <b>12.75</b> | <b>5498.06</b> | <b>.92</b> | <b>5.6</b> | <b>189.9</b> | <b>48.33</b> | <b>7.47</b> | <b>2.17</b> |
| <b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы )</b>        |  |               |              |                    |              |               |                   |                      |               |               |             |              |              |              |                |            |            |              |              |             |             |
| .   | Сыр "Российский" (порционно),                                  | 20            | 20           | 4.6                | 5.91         | -             | 72.6              | 176                  | 9             | 130           | .           | -            | -            | -            | -              | .01        | -          | -            | .08          | .11         | -           |
| .   | Яйцо отварное  | 1 шт          | 24.69        | 1.88               | .            | 12.85         | 62                | 22                   | 5             | 77            | 1           | 58.1         | .06          | 13.51        | 24.2           | .03        | .18        | -            | .            | .           | 78          |
| ТК 54   | Каша молочная манная с маслом сливочным                        | 200/5         | 25.31        | 3                  | 7.2          | 25            | 256               | 224                  | 95            | 194           | 3.2         | -            | -            | -            | -              | .23        | -          | -            | 1.9          | 1.9         | -           |
| ТК10.   | Чай с сахаром  | 200           | 3            | .                  | -            | 10            | 41                | 5                    | 4             | 8             | 1           | -            | -            | -            | -              | -          | -          | -            | -            | -           | -           |
| ТТК 243/2   | Батон витаминный " На здоровье"                                | 30            | 10           | 1.88               | .            | 12.85         | 60.7              | 4.75                 | 16.25         | 3.25          | .           | 166          | 1.1          | 2            | 4.8            | .03        | .01        | -            | -            | .43         | -           |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>83</b>    | <b>11.56</b>       | <b>13.51</b> | <b>60.7</b>   | <b>492.3</b>      | <b>431.73</b>        | <b>129.25</b> | <b>142.25</b> | <b>5.7</b>  | <b>224.1</b> | <b>1.16</b>  | <b>15.51</b> | <b>29</b>      | <b>.</b>   | <b>.19</b> | <b>2.08</b>  | <b>0</b>     | <b>2.64</b> | <b>78</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 (ГЕНЕРАЛЬНЫ

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1  
 День: 5

**МЕНЮ**

4 Октября 2024 г.

**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  | 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>     |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |         |       |       |        |     |          |       |       |      |     |    |
| тк171  | Салат из свеклы с сыром  | 60            | 18.14         | 3.39               | 6.22  | 3.92   | 94.24             | 129                  | 70.61  | 130    | .66   | 128.3   | 4     | 1.51  | 8.8    | .01 | .04      | 4.32  | 18.9  | 2.21 | .08 |    |
| тк28   | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью                          | 275           | 33            | 8.58               | 7.7   | 13.8   | 128.7             | 28.75                | 44.75  | 35     | .95   | 87.2    | 4.8   | 8     | 42     | .05 | .09      | 1     | -     | .38  | -   |    |
| тк248 (март)   | Мясо Духовое   | 200           | 110           | 17.67              | 17.4  | 21.88  | 265               | 26                   | 50     | 225    | 3.31  | 670     | 6.34  | .24   | 55.44  | .18 | -        | 22    | -     | 4.6  | -   |    |
| -  | Печенье сахарное 50г.  | 50            | 22            | 1.88               | 2.5   | 18.5   | 104               | 42                   | 20.4   | 13.2   | .12   | 33      | -     | -     | -      | .07 | .02      | -     | -     | .24  | -   |    |
| -  | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)                          | 25/25         | 10            | 4.13               | .55   | 23.48  | 115.35            | 13.5                 | 66     | 17.25  | 1.08  | 81.8    | 3.9   | 3.1   | 14     | .08 | .03      | .01   | -     | -    | -   |    |
| тк, 434,   | Кисель фруктовый   | 200           | 4.4           | -                  | -     | 27.9   | 113               | 5                    | 2      | 8      | -     | 1.2     | -     | -     | -      | .01 | -        | 2     | -     | -    | -   |    |
|  | <b>Итого</b>   |               | <b>197.54</b> | 35.75              | 34.47 | 109.48 | 820.29            | 244.25               | 253.76 | 428.45 | 6.22  | 1001.5  | 19.04 | 12.85 | 120.24 | -   | .18      | 18.9  | 29.33 | 8.33 | .48 |    |
| <b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>  |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |         |       |       |        |     |          |       |       |      |     |    |
| тк453  | Каша молочная овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным | 205           | 38            | 6.1                | 8.6   | 30.8   | 233.5             | 147                  | 32.2   | 155.7  | .45   | 151     | 8.92  | 9.76  | 37     | .07 | .12      | 1.56  | 44    | .17  | -   |    |
| тк 38  | Груша  | 120           | 68            | 1.8                | -     | 12     | 67.08             | 22.8                 | 14.4   | 19.2   | 2.76  | 186     | 1.2   | .12   | 12     | .02 | .04      | 6     | 2.4   | .48  | -   |    |
| тк10.  | Чай с сахаром  | 200           | 5             | -                  | -     | 10     | 41                | 5                    | 4      | 8      | 1     | -       | -     | -     | -      | -   | -        | -     | -     | -    | -   |    |
| тк 243/2   | Батон витаминный " На здоровье"                                | 30            | 10            | 1.88               | -     | 12.85  | 60.7              | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | -     | 166     | 1.1   | 2     | 4.8    | .03 | .01      | -     | -     | .43  | -   |    |
| тк 552   | Кекс творожный   | 50            | 45            | 4.5                | 5.62  | 46.5   | 267               | 203                  | 15.2   | 142    | .62   | -       | -     | -     | -      | .05 | -        | .14   | 42    | -    | -   |    |
|  | <b>Итого</b>   |               | <b>166</b>    | 14.48              | 15.02 | 112.15 | 669.28            | 382.55               | 82.05  | 328.15 | 5.13  | 503     | 11.22 | 11.88 | 53.8   | .17 | .17      | 88.4  | 7.7   | 1.08 | 0   |    |
|  | <b>Всего за день</b>   |               | <b>363.54</b> | 50.23              | 49.49 | 221.63 | 1489.57           | 626.8                | 335.81 | 756.6  | 11.35 | 1504.5  | 30.26 | 24.73 | 174.04 | .57 | .35      | 107.3 | 37.03 | 9.41 | .48 |    |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>    |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |         |       |       |        |     |          |       |       |      |     |    |
| тк171  | Салат из свеклы с сыром  | 100           | 25            | 5.65               | 10.37 | 6.53   | 157.07            | 215                  | 117.68 | 216.67 | 1.1   | 213.83  | 6.67  | 2.52  | 14.67  | .02 | .07      | 7.2   | 31.5  | 3.68 | .13 |    |
| тк28   | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью                          | 275           | 33            | 8.58               | 7.7   | 13.8   | 128.7             | 28.75                | 44.75  | 35     | .95   | 87.2    | 4.8   | 8     | 42     | .05 | .09      | 1     | -     | .38  | -   |    |
| тк 248 (сен),,   | Мясо Духовое,  | 225           | 110           | 18.03              | 18.4  | 24.79  | 444.38            | 146                  | 229    | 26     | 2.47  | 670     | 6.34  | .24   | 55.44  | .18 | .12      | 23    | 36    | .74  | -   |    |
| -  | Печенье сахарное 50г.  | 50            | 22            | 1.88               | 2.5   | 18.5   | 104               | 42                   | 20.4   | 13.2   | .12   | 33      | -     | -     | -      | .07 | .02      | -     | -     | .24  | -   |    |
| -  | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)                          | 25/25         | 10            | 4.13               | .55   | 23.48  | 115.35            | 13.5                 | 66     | 17.25  | 1.08  | 81.8    | 3.9   | 3.1   | 14     | .08 | .03      | .01   | -     | -    | -   |    |
| тк, 434,   | Кисель фруктовый   | 200           | 4.4           | -                  | -     | 27.9   | 113               | 5                    | 2      | 8      | -     | 1.2     | -     | -     | -      | .01 | -        | 2     | -     | -    | -   |    |
|  | <b>Итого</b>   |               | <b>204.4</b>  | 38.37              | 39.62 | 115    | 1062.5            | 450.25               | 479.83 | 316.12 | 5.82  | 1087.03 | 32.71 | 13.86 | 126.11 | .41 | .33      | 67.5  | 33.21 | 5.94 | .53 |    |
| <b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b> |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |         |       |       |        |     |          |       |       |      |     |    |
| тк453  | Каша молочная овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным | 205           | 38            | 6.1                | 8.6   | 30.8   | 233.5             | 147                  | 32.2   | 155.7  | .45   | 151     | 8.92  | 9.76  | 37     | .07 | .12      | 1.56  | 44    | .17  | -   |    |
| тк 38  | Груша  | 120           | 68            | 1.8                | -     | 12     | 67.08             | 22.8                 | 14.4   | 19.2   | 2.76  | 186     | 1.2   | .12   | 12     | .02 | .04      | 6     | 2.4   | .48  | -   |    |
| тк10.  | Чай с сахаром  | 200           | 5             | -                  | -     | 10     | 41                | 5                    | 4      | 8      | 1     | -       | -     | -     | -      | -   | -        | -     | -     | -    | -   |    |
| тк 243/2   | Батон витаминный " На здоровье"                                | 40            | 10            | 2.51               | .27   | 17.13  | 80.93             | 6.33                 | 21.67  | 4.33   | -     | 221.33  | 1.47  | 2.67  | 6.4    | .04 | .01      | -     | -     | .57  | -   |    |
| тк 552   | Кекс творожный   | 50            | 45            | 4.5                | 5.62  | 46.5   | 267               | 203                  | 15.2   | 142    | .62   | -       | -     | -     | -      | .05 | -        | .14   | 42    | -    | -   |    |
|  | <b>Итого</b>   |               | <b>166</b>    | 15.11              | 15.09 | 116.43 | 689.51            | 384.13               | 87.47  | 329.23 | 5.23  | 558.33  | 11.59 | 12.55 | 55.4   | .18 | .17      | 88.4  | 7.7   | 1.22 | 0   |    |
|  | <b>Всего за день</b>   |               | <b>370.4</b>  | 53.48              | 54.71 | 231.43 | 1752.01           | 834.38               | 567.3  | 645.35 | 11.05 | 645.36  | 33.3  | 26.41 | 181.51 | .59 | -        | 155.9 | 40.91 | 7.16 | .53 |    |

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

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"

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: 5

**МЕНЮ**  
 4 Октября 2024г

**Диета -Сахарный 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      |
| 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 5-11 классов ( Диета -Сахарный диабет-Льготники ), Сахарный диабет</b> |  |               |              |                    |              |               |                   |                      |               |              |             |                |              |              |                |            |            |            |              |             |            |
| -   | Ветчина (порционно)                                      | 20            | 30           | 3.5                | 4.1          | 5             | 55                | 5                    | 8             | 56           | .           | .              | .            | .            | .              | .13        | .          | .          | .            | .           | .          |
| -   | Сыр "Российский" (порционно),                            | 20            | 30           | 4.6                | 5.9          | 15            | 72.6              | 176                  | 9             | 130          | .           | 29             | .            | 2.9          | .              | .01        | .06        | .14        | 52           | .           | .19        |
| ткк453-   | Каша молочная из Геркулеса с маслом сливочным без сахара | 200/5         | 38           | 3.4                | 7.47         | 10.86         | 124.24            | 145.35               | 16.8          | 109.5        | .15         | .              | .            | .            | .              | .05        | .          | 1.56       | 44           | .05         | .          |
| -   | Слива  | 100           | 70           | .                  | .            | 12            | 49                | 30                   | 9             | 20           | .           | 278            | 1.76         | .26          | 7.04           | .04        | .02        | 10         | .            | .06         | .          |
| тк10-   | Чай без сахара   | 200           | 3            | .                  | .            | .05           | 1.47              | .                    | .             | .            | .           | .              | .            | .            | .              | .          | .          | .          | .            | .           | .          |
| ткк243  | Хлеб ржаной дарницкий                                    | 25            | 6            | 1.17               | .23          | 8.54          | 42.92             | .03                  | .             | .            | .29         | 65             | 1.17         | 1.5          | 6.67           | .03        | .07        | .          | .            | .82         | .          |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>177</b>   | <b>13.67</b>       | <b>18.1</b>  | <b>51.45</b>  | <b>345.23</b>     | <b>356.38</b>        | <b>42.8</b>   | <b>315.5</b> | <b>1.74</b> | <b>372</b>     | <b>2.93</b>  | <b>4.66</b>  | <b>13.71</b>   | <b>.26</b> | <b>.15</b> | <b>96</b>  | <b>11.7</b>  | <b>1.73</b> | <b>.19</b> |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета -Сахарный диабет-Льготники ), Сахарный диабет</b>    |  |               |              |                    |              |               |                   |                      |               |              |             |                |              |              |                |            |            |            |              |             |            |
| тк50, 2004 (сен)  | Салат из свеклы с сыром                                  | 100           | 31           | 5.63               | 9.36         | 6.53          | 127               | 216                  | 117           | 218          | 1.1         | 213            | 6.7          | 2.52         | 14.7           | .02        | .05        | 8.6        | .            | .           | .09        |
| тк28  | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью                    | 250/25/2      | 33           | 8.58               | 7.7          | 13.8          | 158.7             | 28.75                | 44.75         | 35           | .95         | 87.2           | 4.8          | 8            | 42             | .05        | .09        | 1          | .            | .38         | .          |
| ткк 248   | Мясо Духовое   | 200           | 110          | 17.67              | 17.4         | 21.88         | 265               | 115                  | 209           | 230          | 2.1         | 670            | 6.34         | 24           | 55440          | .          | .12        | 23         | 36           | .           | .01        |
| тк10  | Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)                  | 20/20         | 10           | 2.76               | .            | 15            | 78.6              | 10.8                 | 52.8          | 13.8         | .86         | 65.44          | 3.12         | 2.48         | 11.2           | .06        | .02        | .01        | .            | .           | .          |
| ткк ,230  | Кисель из кураги без сахара.                             | 200           | 25           | 1.04               | .            | 11.3          | 49.36             | 28                   | 15            | 24           | .           | 15.2           | .            | .            | .              | .02        | .34        | .          | 130          | 1.1         | .          |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>209</b>   | <b>35.68</b>       | <b>34.96</b> | <b>68.51</b>  | <b>678.66</b>     | <b>398.54</b>        | <b>438.55</b> | <b>520.8</b> | <b>5.41</b> | <b>1050.84</b> | <b>20.96</b> | <b>13.24</b> | <b>5507.9</b>  | <b>.35</b> | <b>.62</b> | <b>166</b> | <b>32.61</b> | <b>1.98</b> | <b>.</b>   |
|   | <b>Всего за день</b>                                     |               | <b>386</b>   | <b>49.35</b>       | <b>53.06</b> | <b>119.96</b> | <b>1023.89</b>    | <b>754.93</b>        | <b>813.5</b>  | <b>836.3</b> | <b>7.15</b> | <b>422.84</b>  | <b>23.89</b> | <b>17.95</b> | <b>5521.61</b> | <b>.61</b> | <b>.77</b> | <b>262</b> | <b>44.31</b> | <b>3.71</b> | <b>.69</b> |

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

(подпись)

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"

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: 5

**МЕНЮ**

4 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       |
| 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 ( доп.инф. аллергия на мол. изделия )</b> |                                       |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |              |              |              |               |            |            |               |              |              |             |
| тк1  | Котлеты из говядины без молока        | 100           | 96.98         | 12.72              | 11.52        | 12.8          | 208.8             | -                    | -             | -             | -            | -            | -            | -            | -             | -          | -          | -             | -            | -            | -           |
| ттк № 54 (сотр)  | Каша пшенная вязкая с луком           | 150           | 25            | 3.4                | 7.1          | 30.5          | 212               | 100                  | 41            | 153           | 2            | 135.8        | .            | .            | 9             | .14        | .02        | 1             | .04          | .            | -           |
| тк 38  | Груша                                 | 100           | 54            | 1.5                | .            | 10            | 55.9              | 19                   | 12            | 16            | 2.3          | 155          | 1            | .            | 10            | .02        | .03        | 5             | 2            | .            | -           |
| тк10.  | Чай с сахаром                         | 200           | 5             | .                  | -            | 10            | 41                | 5                    | 4             | 8             | 1            | -            | -            | -            | -             | -          | -          | -             | -            | -            | -           |
| ттк 243/2  | Батон витаминный " На здоровье"       | 30            | 12            | 1.88               | .            | 12.85         | 60.7              | 4.75                 | 16.25         | 3.25          | .            | 166          | 1.1          | 2            | 4.8           | .03        | .01        | -             | -            | .43          | -           |
|  | <b>Итого</b>                          |               | <b>192.98</b> | <b>19.7</b>        | <b>19.32</b> | <b>76.15</b>  | <b>578.4</b>      | <b>128.75</b>        | <b>73.25</b>  | <b>180.25</b> | <b>5.6</b>   | <b>456.8</b> | <b>3</b>     | <b>2.2</b>   | <b>23.8</b>   | <b>.19</b> | <b>.06</b> | <b>2.04</b>   | <b>6</b>     | <b>.93</b>   | <b>0</b>    |
| <b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на мол. изделия )</b>    |                                       |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |              |              |              |               |            |            |               |              |              |             |
| ттк 29 (сен)   | Салат из свеклы с маслом растительным | 100           | 20            | 1.62               | 8            | 8.82          | 134               | 42                   | 24            | 48            | 1.8          | -            | -            | -            | -             | .02        | -          | 8             | -            | 4.4          | -           |
| тк28   | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью | 275           | 32.64         | 8.58               | 7.7          | 13.8          | 128.7             | 28.75                | 44.75         | 35            | .95          | 87.2         | 4.8          | 8            | 42            | .05        | .09        | 1             | -            | .38          | .           |
| ттк248 (март)  | Мясо Духовое                          | 200           | 123           | 17.67              | 17.4         | 21.88         | 265               | 26                   | 50            | 225           | 3.31         | 670          | 6.34         | .24          | 55.44         | .18        | -          | 22            | -            | 4.6          | -           |
| -  | Печенье галетное                      | 25            | 11            | 1.5                | .            | 19            | 50                | -                    | -             | -             | -            | -            | -            | -            | -             | -          | -          | -             | -            | -            | -           |
| -  | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам) | 25/25         | 10            | 4.13               | .55          | 23.48         | 115.35            | 13.5                 | 66            | 17.25         | 1.08         | 81.8         | 3.9          | 3.1          | 14            | .08        | .03        | .01           | -            | .            | -           |
| ттк 434  | Кисель "Витошка"                      | 200           | 21            | .                  | -            | 24.23         | 95                | 60                   | 20            | 3             | 2.3          | 15.2         | -            | -            | -             | .          | .34        | 20            | 130          | 2.35         | 1.68        |
|  | <b>Итого</b>                          |               | <b>217.64</b> | <b>33.7</b>        | <b>34.15</b> | <b>111.21</b> | <b>788.05</b>     | <b>170.25</b>        | <b>204.75</b> | <b>328.25</b> | <b>9.44</b>  | <b>854.2</b> | <b>15.04</b> | <b>11.34</b> | <b>111.44</b> | <b>.63</b> | <b>.46</b> | <b>130</b>    | <b>51.01</b> | <b>12.53</b> | <b>2.08</b> |
|  | <b>Всего за день</b>                  |               | <b>410.62</b> | <b>53.4</b>        | <b>53.47</b> | <b>187.36</b> | <b>1366.45</b>    | <b>299</b>           | <b>278</b>    | <b>508.5</b>  | <b>15.04</b> | <b>1311</b>  | <b>18.04</b> | <b>13.54</b> | <b>135.24</b> | <b>.82</b> | <b>.52</b> | <b>132.04</b> | <b>57.01</b> | <b>13.46</b> | <b>2.08</b> |

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D249E

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: 5

**МЕНЮ**

4 Октября 2024 г.

**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         | 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>  |  |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |            |            |              |              |             |            |    |
| ттк453  | Каша молочная овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным | 205           | 38            | 6.1                | 8.6          | 30.8          | 233.5             | 147                  | 32.2          | 155.7         | .45          | 151           | 8.92         | 9.76         | 37            | .07        | .12        | 1.56         | 44           | .17         | -          |    |
| тк 38   | Груша  | 120           | 68            | 1.8                | .            | 12            | 67.08             | 22.8                 | 14.4          | 19.2          | 2.76         | 186           | 1.2          | .12          | 12            | .02        | .04        | 6            | 2.4          | .48         | -          |    |
| тк10.   | Чай с сахаром  | 200           | 5             | .                  | .            | 10            | 41                | 5                    | 4             | 8             | 1            | -             | -            | -            | -             | -          | -          | -            | -            | -           | -          |    |
| ттк 243/2   | Батон витаминный " На здоровье"                                | 30            | 10            | 1.88               | .            | 12.85         | 60.7              | 4.75                 | 16.25         | 3.25          | .            | 166           | 1.1          | 2            | 4.8           | .03        | .01        | -            | -            | .43         | -          |    |
| ттк 552   | Кекс творожный   | 50            | 45            | 4.5                | 5.62         | 46.5          | 267               | 203                  | 15.2          | 142           | .62          | -             | -            | -            | -             | .05        | -          | .14          | 42           | -           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>166</b>    | <b>14.48</b>       | <b>15.02</b> | <b>112.15</b> | <b>669.28</b>     | <b>382.55</b>        | <b>82.05</b>  | <b>328.15</b> | <b>5.13</b>  | <b>503</b>    | <b>11.22</b> | <b>11.88</b> | <b>53.8</b>   | <b>.17</b> | <b>.17</b> | <b>88.4</b>  | <b>7.7</b>   | <b>1.08</b> | <b>0</b>   |    |
| <b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>     |  |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |            |            |              |              |             |            |    |
| ттк171  | Салат из свеклы с сыром  | 60            | 18.14         | 3.39               | 6.22         | 3.92          | 94.24             | 129                  | 70.61         | 130           | .66          | 128.3         | 4            | 1.51         | 8.8           | .01        | .04        | 4.32         | 18.9         | 2.21        | .08        |    |
| тк28  | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью                          | 275           | 33            | 8.58               | 7.7          | 13.8          | 128.7             | 28.75                | 44.75         | 35            | .95          | 87.2          | 4.8          | 8            | 42            | .05        | .09        | 1            | -            | .38         | .          |    |
| ттк248 (март)   | Мясо Духовое   | 200           | 110           | 17.67              | 17.4         | 21.88         | 265               | 26                   | 50            | 225           | 3.31         | 670           | 6.34         | .24          | 55.44         | .18        | -          | 22           | -            | 4.6         | -          |    |
| -   | Печенье сахарное 50г.  | 50            | 22            | 1.88               | 2.5          | 18.5          | 104               | 42                   | 20.4          | 13.2          | .12          | 33            | -            | -            | -             | .07        | .02        | -            | -            | .24         | -          |    |
| -   | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)                          | 25/25         | 10            | 4.13               | .55          | 23.48         | 115.35            | 13.5                 | 66            | 17.25         | 1.08         | 81.8          | 3.9          | 3.1          | 14            | .08        | .03        | .01          | -            | .           | -          |    |
| ттк, 434,   | Кисель фруктовый   | 200           | 4.4           | .                  | .            | 27.9          | 113               | 5                    | 2             | 8             | .            | 1.2           | -            | -            | -             | .01        | -          | 2            | -            | .           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>197.54</b> | <b>35.75</b>       | <b>34.47</b> | <b>109.48</b> | <b>820.29</b>     | <b>244.25</b>        | <b>253.76</b> | <b>428.45</b> | <b>6.22</b>  | <b>1001.5</b> | <b>19.04</b> | <b>12.85</b> | <b>120.24</b> | .          | <b>.18</b> | <b>18.9</b>  | <b>29.33</b> | <b>8.33</b> | <b>.48</b> |    |
|   | <b>Всего за день</b>   |               | <b>363.54</b> | <b>50.23</b>       | <b>49.49</b> | <b>221.63</b> | <b>1489.57</b>    | <b>626.8</b>         | <b>335.81</b> | <b>756.6</b>  | <b>11.35</b> | <b>1504.5</b> | <b>30.26</b> | <b>24.73</b> | <b>174.04</b> | <b>.57</b> | <b>.35</b> | <b>107.3</b> | <b>37.03</b> | <b>9.41</b> | <b>.48</b> |    |
| <b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b> |  |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |            |            |              |              |             |            |    |
| ттк453  | Каша молочная овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным | 205           | 38            | 6.1                | 8.6          | 30.8          | 233.5             | 147                  | 32.2          | 155.7         | .45          | 151           | 8.92         | 9.76         | 37            | .07        | .12        | 1.56         | 44           | .17         | -          |    |
| тк 38   | Груша  | 120           | 68            | 1.8                | .            | 12            | 67.08             | 22.8                 | 14.4          | 19.2          | 2.76         | 186           | 1.2          | .12          | 12            | .02        | .04        | 6            | 2.4          | .48         | -          |    |
| тк10.   | Чай с сахаром  | 200           | 5             | .                  | .            | 10            | 41                | 5                    | 4             | 8             | 1            | -             | -            | -            | -             | -          | -          | -            | -            | -           | -          |    |
| ттк 243/2   | Батон витаминный " На здоровье"                                | 40            | 10            | 2.51               | .27          | 17.13         | 80.93             | 6.33                 | 21.67         | 4.33          | .            | 221.33        | 1.47         | 2.67         | 6.4           | .04        | .01        | -            | -            | .57         | -          |    |
| ттк 552   | Кекс творожный   | 50            | 45            | 4.5                | 5.62         | 46.5          | 267               | 203                  | 15.2          | 142           | .62          | -             | -            | -            | -             | .05        | -          | .14          | 42           | -           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>166</b>    | <b>15.11</b>       | <b>15.09</b> | <b>116.43</b> | <b>689.51</b>     | <b>384.13</b>        | <b>87.47</b>  | <b>329.23</b> | <b>5.23</b>  | <b>558.33</b> | <b>11.59</b> | <b>12.55</b> | <b>55.4</b>   | <b>.18</b> | <b>.17</b> | <b>88.4</b>  | <b>7.7</b>   | <b>1.22</b> | <b>0</b>   |    |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>    |  |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |            |            |              |              |             |            |    |
| ттк171  | Салат из свеклы с сыром  | 100           | 25            | 5.65               | 10.37        | 6.53          | 157.07            | 215                  | 117.68        | 216.67        | 1.1          | 213.83        | 6.67         | 2.52         | 14.67         | .02        | .07        | 7.2          | 31.5         | 3.68        | .13        |    |
| тк28  | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью                          | 275           | 33            | 8.58               | 7.7          | 13.8          | 128.7             | 28.75                | 44.75         | 35            | .95          | 87.2          | 4.8          | 8            | 42            | .05        | .09        | 1            | -            | .38         | .          |    |
| ттк 248 (сен),,                                       | Мясо Духовое,  | 225           | 110           | 18.03              | 18.4         | 24.79         | 444.38            | 146                  | 229           | 26            | 2.47         | 670           | 6.34         | .24          | 55.44         | .18        | .12        | 23           | 36           | .74         | -          |    |
| -   | Печенье сахарное 50г.  | 50            | 22            | 1.88               | 2.5          | 18.5          | 104               | 42                   | 20.4          | 13.2          | .12          | 33            | -            | -            | -             | .07        | .02        | -            | -            | .24         | -          |    |
| -   | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)                          | 25/25         | 10            | 4.13               | .55          | 23.48         | 115.35            | 13.5                 | 66            | 17.25         | 1.08         | 81.8          | 3.9          | 3.1          | 14            | .08        | .03        | .01          | -            | .           | -          |    |
| ттк, 434,   | Кисель фруктовый   | 200           | 4.4           | .                  | .            | 27.9          | 113               | 5                    | 2             | 8             | .            | 1.2           | -            | -            | -             | .01        | -          | 2            | -            | .           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>   |               | <b>204.4</b>  | <b>38.37</b>       | <b>39.62</b> | <b>115</b>    | <b>1062.5</b>     | <b>450.28</b>        | <b>479.83</b> | <b>316.12</b> | <b>5.82</b>  | <b>087.03</b> | <b>21.71</b> | <b>13.86</b> | <b>126.11</b> | <b>.41</b> | <b>.33</b> | <b>67.5</b>  | <b>33.21</b> | <b>5.94</b> | <b>.53</b> |    |
|   | <b>Всего за день</b>   |               | <b>370.4</b>  | <b>53.48</b>       | <b>54.71</b> | <b>231.43</b> | <b>1752.01</b>    | <b>834.38</b>        | <b>567.3</b>  | <b>645.35</b> | <b>11.05</b> | <b>645.36</b> | <b>33.3</b>  | <b>26.41</b> | <b>181.51</b> | <b>.59</b> | .          | <b>155.9</b> | <b>40.91</b> | <b>7.16</b> | <b>.53</b> |    |

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

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