

Неделя: 1  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 5 Сентября 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            | 25           | .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            | 75           | 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          | 22.25         | 110               | 61                   | 36            | 225           | 6.46         | 112.7        | 3.2          | 3.8          | 9.1           | .16        | .04         | .            | .            | .           | .          |
|   | <b>Итого</b>                                  |               | <b>158</b>   | <b>20.14</b>       | <b>19.5</b>  | <b>87.58</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         | .          |
| ТТК 35  | 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                              | 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            | 2.98               | .            | 13.2          | 60.5              | .03                  | .             | .             | .01          | 23.3         | .            | 1.5          | 3.63          | .28        | 5           | .01          | .            | .28         | .          |
| ТТК 243   | Хлеб северный (с ламинариями)                 | 25            | 5            | 1.16               | .23          | 12.25         | 55                | 7.25                 | 37.5          | 11.75         | .95          | 23           | 25           | 1.5          | 3.63          | .04        | .01         | .            | .            | .           | .          |
|   | <b>Итого</b>                                  |               | <b>248</b>   | <b>26.2</b>        | <b>28.84</b> | <b>113.05</b> | <b>786.56</b>     | <b>164.98</b>        | <b>128.53</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>        |   |               |              |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |              |              |              |               |            |             |              |              |             |            |
| ТТК110 (январь)   | Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным | 60/50         | 45           | 8.53               | 15.86        | 10.64         | 219.38            | .                    | .             | .             | .            | .            | .            | .            | .             | .          | .           | .            | .            | .           | .          |
| ТТК 5   | Макаронные изделия отварные                   | 180           | 15.35        | 5.4                | 5.76         | 37.56         | 229.2             | 13.2                 | 8.4           | 43.2          | .96          | 61.2         | .73          | .            | 12.1          | .          | .           | .02          | .            | .           | .03        |
| 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>17.83</b>       | <b>24.22</b> | <b>80.85</b>  | <b>607.08</b>     | <b>174.24</b>        | <b>15.4</b>   | <b>88.2</b>   | <b>2.31</b>  | <b>307.2</b> | <b>11.13</b> | <b>3.8</b>   | <b>40.1</b>   | <b>.86</b> | <b>.33</b>  | <b>.01</b>   | <b>1.02</b>  | <b>1.78</b> | <b>.03</b> |

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24  
 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**  
 5 Сентября 2024г.

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

**Льготники**

| № сб. рец.  | Наименование блюда                         | Выход гр./мл. | Цена руб./коп | Пищевые вещ-ва, гр |              |               | ЭЦ (кilo калории) | Минеральные вещества |               |               |              |               |              |              |               | Витамины    |             |              |              |              |            |
|---|--|---------------|---------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|
|   |  |               |               | Б                  | Ж            | У             |                   | Ca                   | Mg            | P             | Fe           | K             | I            | Se           | F             | B1          | B2          | C            | A            | E            | D          |
|   |  |               |               |                    |              |               |                   | мг                   | мг            | мг            | мг           | мг            | мг           | мг           | мг            | мг          | мг          | мг           | мг           | мг           | мг         |
| 1   | 2  | 3             | 4             | 5                  | 6            | 7             | 8                 | 9                    | 10            | 11            | 12           | 13            | 14           | 15           | 16            | 17          | 18          | 19           | 20           | 21           | 22         |
| <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            | 80            | 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          | .          |
|   | <b>Итого</b>                               |               | <b>166</b>    | <b>21.14</b>       | <b>19</b>    | <b>94.78</b>  | <b>584.5</b>      | <b>214.02</b>        | <b>188.2</b>  | <b>510.6</b>  | <b>6.86</b>  | <b>660.5</b>  | <b>19.2</b>  | <b>25.99</b> | <b>154.58</b> | <b>.63</b>  | <b>5.51</b> | <b>62.9</b>  | <b>11.6</b>  | <b>9.45</b>  | <b>.03</b> |
| <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            | 39.5          | 5.7                | 9.1          | 10            | 133               | 18                   | 10            | 81            | 1            | 100           | .            | .            | .             | .05         | .           | .            | .            | .            | .          |
| .   | 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 468   | Компот из компотной смеси                  | 200           | 28            | .                  | .            | 19.9          | 103               | 8                    | 4             | 6             | .            | 25            | .            | .            | .             | .02         | .           | 2            | 1            | .            | .          |
|   | <b>Итого</b>                               |               | <b>184.5</b>  | <b>21.04</b>       | <b>26.11</b> | <b>101.88</b> | <b>680.15</b>     | <b>153.2</b>         | <b>147.05</b> | <b>289.85</b> | <b>5.46</b>  | <b>821.8</b>  | <b>9.2</b>   | <b>3.35</b>  | <b>45.91</b>  | <b>.36</b>  | <b>.11</b>  | <b>12.04</b> | <b>11.21</b> | <b>1.47</b>  | <b>.06</b> |
|   | <b>Всего за день</b>                       |               | <b>350.5</b>  | <b>42.18</b>       | <b>45.11</b> | <b>196.66</b> | <b>1264.65</b>    | <b>367.22</b>        | <b>335.25</b> | <b>800.45</b> | <b>12.32</b> | <b>1482.3</b> | <b>28.4</b>  | <b>29.33</b> | <b>200.46</b> | <b>.99</b>  | <b>5.62</b> | <b>74.94</b> | <b>22.81</b> | <b>10.92</b> | <b>.09</b> |
| <b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b> |  |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |             |             |              |              |              |            |
| .   | Огурец свежий (порционно)                  | 80            | 30            | 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          | .          |
|   | <b>Итого</b>                               |               | <b>167</b>    | <b>20.32</b>       | <b>15.59</b> | <b>86.9</b>   | <b>602.1</b>      | <b>223.15</b>        | <b>213.6</b>  | <b>586.8</b>  | <b>7.79</b>  | <b>738.1</b>  | <b>20.62</b> | <b>28.54</b> | <b>171.23</b> | <b>.74</b>  | <b>5.54</b> | <b>75.6</b>  | <b>11.69</b> | <b>4.86</b>  | <b>.03</b> |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>    |  |               |               |                    |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |             |             |              |              |              |            |
| ТТК .207  | Салат из зеленого горошка с зеленью        | 100           | 20            | 2.5                | 5.17         | 5.17          | 78                | 17                   | 14            | 25            | .42          | .             | .            | .            | .             | .02         | .           | 7            | .            | .08          | .          |
| 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            | 39.5          | 5.7                | 9.1          | 10            | 133               | 18                   | 10            | 81            | 1            | 100           | .            | .            | .             | .05         | .           | .            | .            | .            | .          |
| 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 468   | Компот из компотной смеси                  | 200           | 28            | .                  | .            | 19.9          | 103               | 8                    | 4             | 6             | .            | 25            | .            | .            | .             | .02         | .           | 2            | 1            | .            | .          |
|   | <b>Итого</b>                               |               | <b>184.5</b>  | <b>23.28</b>       | <b>30.84</b> | <b>109.93</b> | <b>775.55</b>     | <b>160</b>           | <b>152.65</b> | <b>299.85</b> | <b>5.63</b>  | <b>821.8</b>  | <b>9.2</b>   | <b>3.35</b>  | <b>45.91</b>  | <b>.37</b>  | <b>.11</b>  | <b>13.8</b>  | <b>14.01</b> | <b>1.3</b>   | <b>.06</b> |
|   | <b>Всего за день</b>                       |               | <b>351.5</b>  | <b>43.6</b>        | <b>46.43</b> | <b>196.83</b> | <b>1377.65</b>    | <b>383.15</b>        | <b>366.25</b> | <b>886.68</b> | <b>13.42</b> | <b>1559.9</b> | <b>29.82</b> | <b>31.89</b> | <b>217.14</b> | <b>1.11</b> | <b>5.65</b> | <b>89.4</b>  | <b>25.7</b>  | <b>6.16</b>  | <b>.09</b> |

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (подпись)  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B71C  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

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

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО Академия питания  
В.Ю. Лыкова

Неделя: 1  
День: 4

**МЕНЮ**  
5 Сентября 2024г.

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

**Льготники**

| № сб. рец.   | Наименование блюда                         | Выход гр./мл. | Цена руб./коп | Пищевые вещ-ва, гр |       |        | ЭЦ (кilo калории) | Минеральные вещества |        |        |       |        |       |       |        | Витамины |      |       |       |       |     |
|--|--|---------------|---------------|--------------------|-------|--------|-------------------|----------------------|--------|--------|-------|--------|-------|-------|--------|----------|------|-------|-------|-------|-----|
|  |  |               |               | Б                  | Ж     | У      |                   | Ca                   | Mg     | P      | Fe    | K      | I     | Se    | F      | B1       | B2   | C     | A     | E     | D   |
|  |  |               |               |                    |       |        |                   | мг                   | мг     | мг     | мг    | мг     | мг    | мг    | мг     | мг       | мг   | мг    | мг    | мг    | мг  |
| 1  | 2  | 3             | 4             | 5                  | 6     | 7      | 8                 | 9                    | 10     | 11     | 12    | 13     | 14    | 15    | 16     | 17       | 18   | 19    | 20    | 21    | 22  |
| <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            | 39.5          | 5.7                | 9.1   | 10     | 133               | 18                   | 10     | 81     | 1     | 100    | -     | -     | .05    | -        | -    | -     | -     | -     |     |
| -  | 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  | -     | -     | -     | -   |
| TK468  | Компот из компотной смеси                  | 200           | 28            | -                  | -     | 19.9   | 103               | 8                    | 4      | 6      | -     | 25     | -     | -     | .02    | -        | 2    | 1     | -     | -     |     |
|  | <b>Итого</b>                               |               | <b>184.5</b>  | 21.04              | 26.11 | 101.88 | 680.15            | 153.2                | 147.05 | 289.85 | 5.46  | 821.8  | 9.2   | 3.35  | 45.91  | .36      | .11  | 12.04 | 11.21 | 1.47  | .06 |
| <b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>  |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |      |       |       |       |     |
| TK546  | Огурец свежий (порционно).                 | 60            | 28            | .55                | -     | 3.8    | 8                 | 11.5                 | 21     | 7      | -     | 84     | 1.8   | .18   | 10.2   | .02      | .03  | 7.2   | -     | .05   | -   |
| TK117  | Котлета рубленая из птицы (филе)           | 90            | 80            | 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 |
| TK90   | 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   | -   |
| TK136  | 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   | -   |
| TK243  | 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>166</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>350.5</b>  | 42.18              | 45.11 | 196.66 | 1264.65           | 367.22               | 335.25 | 800.45 | 12.32 | 1482.3 | 28.4  | 29.33 | 200.46 | .99      | 5.62 | 74.94 | 22.81 | 10.92 | .09 |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>    |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |      |       |       |       |     |
| TK.207   | Салат из зеленого горошка с зеленью        | 100           | 20            | 2.5                | 5.17  | 5.17   | 78                | 17                   | 14     | 25     | .42   | -      | -     | -     | .02    | -        | 7    | -     | .08   | -     |     |
| 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            | 39.5          | 5.7                | 9.1   | 10     | 133               | 18                   | 10     | 81     | 1     | 100    | -     | -     | .05    | -        | -    | -     | -     | -     |     |
| TK35(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  | -     | -     | -     | -   |
| TK468  | Компот из компотной смеси                  | 200           | 28            | -                  | -     | 19.9   | 103               | 8                    | 4      | 6      | -     | 25     | -     | -     | .02    | -        | 2    | 1     | -     | -     |     |
|  | <b>Итого</b>                               |               | <b>184.5</b>  | 23.28              | 30.84 | 109.93 | 775.55            | 160                  | 152.65 | 299.85 | 5.63  | 821.8  | 9.2   | 3.35  | 45.91  | .37      | .11  | 13.8  | 14.01 | 1.3   | .06 |
| <b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b> |  |               |               |                    |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |      |       |       |       |     |
| -  | Огурец свежий (порционно)                  | 80            | 30            | 1.65               | .08   | -      | 9.6               | 17.52                | 17.6   | 24.8   | .43   | 112.8  | 2.4   | .24   | 13.6   | .02      | .03  | 8     | 8     | -     | -   |
| TK117  | 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 |
| TK90   | 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   | -     | -     | -   |
| TK136  | 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   | -   |
| TK243  | 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>167</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>351.5</b>  | 43.6               | 46.43 | 196.83 | 1377.65           | 383.15               | 366.25 | 886.63 | 13.42 | 1559.9 | 29.82 | 31.89 | 217.14 | 1.11     | 5.65 | 89.4  | 25.7  | 6.16  | .09 |

Заведующий  
столовой  
(должность)

О.В. Илюшкина  
(подпись)  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B71C  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна  
Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

Неделя: 1  
День: 4

**МЕНЮ**

5 Сентября 2024г.

**Диета-сах.диабет-Льготники**

| № сб. рец.   | Наименование блюда                              | Выход гр./мл. | Цена руб, коп | Пищевые вещ-ва, гр |              |               | ЭЦ (кilo калори) | 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 ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>  |   |               |               |                    |              |               |                  |                      |               |               |             |               |              |              |               |            |            |              |              |              |            |
| тк 546.  | Огурец свежий (порционно).                      | 60            | 28.16         | 1.3                | .06          | 1.9           | 12               | 11.5                 | 21            | 7             | .           | 84            | 1.8          | .18          | 10.2          | .02        | .03        | 7.2          | .            | .05          | .          |
| тк 90  | Каша гречневая рассыпчатая с луком              | 150           | 21            | 4.59               | 6.92         | 25.88         | 234.52           | 23                   | 126           | 211           | 3.4         | 165           | 1.45         | 2.5          | 10.12         | .          | .08        | 1            | .            | 4.9          | .          |
| тк 117.  | Котлета рубленая из птицы (филе)                | 90            | 80            | 11.7               | 10.8         | 18            | 162              | 20.43                | 5.04          | 25.56         | .27         | 157.5         | 3.6          | 8.55         | 87.57         | .07        | .11        | 2.17         | 48.6         | .            | .          |
| тк38   | Мандарины                                       | 100           | 32.08         | .                  | .            | 7.5           | 38               | 68                   | 26            | 46            | .           | 394           | 4            | 1            | 34            | .08        | .06        | 38           | 16           | .            | .          |
| тк 28.   | Кофейный напиток (быстрорастворимый) без сахара | 200           | 25            | 1.88               | 1.98         | 8.12          | 57               | 181                  | 141           | 22.5          | .15         | 168           | 9            | 2            | 20            | .05        | .15        | 1            | 1.35         | 30           | .          |
| тк243  | 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>192.24</b> | <b>21.27</b>       | <b>20.24</b> | <b>71.65</b>  | <b>555.02</b>    | <b>303.97</b>        | <b>119.04</b> | <b>312.06</b> | <b>5.07</b> | <b>1046.5</b> | <b>21.25</b> | <b>16.03</b> | <b>169.89</b> | <b>.46</b> | <b>.51</b> | <b>66.35</b> | <b>49.37</b> | <b>36.33</b> | <b>0</b>   |
| <b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>     |   |               |               |                    |              |               |                  |                      |               |               |             |               |              |              |               |            |            |              |              |              |            |
| тк .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          | .            | .          |
| тк 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          | .          |
| тк 142.  | Сосиска отварная                                | 50            | 50            | 5.7                | 9.1          | 10            | 133              | 18                   | 10            | 81            | 1           | 100           | .            | .            | .             | .05        | .          | .            | .            | .            | .          |
| тк72. (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        |
| тк-111диабет   | Компот из вишни с/м без сахара                  | 200           | 24.6          | .                  | .            | 5.5           | 26               | 21                   | 16            | 23            | .           | .             | .            | .            | .             | .02        | .          | 1            | .            | .            | .          |
|  | <b>Итого</b>                                    |               | <b>171.76</b> | <b>17.77</b>       | <b>24.82</b> | <b>50.5</b>   | <b>486</b>       | <b>126.7</b>         | <b>94.05</b>  | <b>283.6</b>  | <b>4.58</b> | <b>715</b>    | <b>5.2</b>   | <b>.25</b>   | <b>31.21</b>  | <b>.29</b> | <b>.07</b> | <b>15.24</b> | <b>22.01</b> | <b>.92</b>   | <b>.65</b> |
|  | <b>Всего за день</b>                            |               | <b>364</b>    | <b>39.04</b>       | <b>45.06</b> | <b>122.15</b> | <b>1041.02</b>   | <b>430.67</b>        | <b>113.09</b> | <b>595.66</b> | <b>9.65</b> | <b>1761.5</b> | <b>26.45</b> | <b>16.28</b> | <b>201.1</b>  | <b>.75</b> | <b>.58</b> | <b>81.59</b> | <b>71.38</b> | <b>37.25</b> | <b>.65</b> |
| <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            | .            | .          |
| тк 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           | .            | .          |
| тк90   | Каша гречневая рассыпчатая с луком              | 180           | 25            | 8.74               | 8.27         | 40.58         | 269.67           | 24.06                | 151           | 253           | 4           | 198           | 1.74         | 3            | 12            | .          | .09        | .02          | .            | .            | .          |
| тк38   | Мандарины                                       | 100           | 40.08         | .                  | .            | 7.5           | 38               | 68                   | 26            | 46            | .           | 394           | 4            | 1            | 34            | .08        | .06        | 38           | 16           | .            | .          |
| тк 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           | .          |
| тк243  | 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>192.24</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>    |   |               |               |                    |              |               |                  |                      |               |               |             |               |              |              |               |            |            |              |              |              |            |
| тк .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          | .            | .          |
| тк 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          | .          |
| тк 142.  | Сосиска отварная                                | 50            | 50            | 5.7                | 9.1          | 10            | 133              | 18                   | 10            | 81            | 1           | 100           | .            | .            | .             | .05        | .          | .            | .            | .            | .          |
| тк72. (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        |
| тк-111диабет   | Компот из вишни с/м без сахара                  | 200           | 24.6          | .                  | .            | 5.5           | 26               | 21                   | 16            | 23            | .           | .             | .            | .            | .             | .02        | .          | 1            | .            | .            | .          |
|  | <b>Итого</b>                                    |               | <b>171.76</b> | <b>17.77</b>       | <b>24.82</b> | <b>50.5</b>   | <b>486</b>       | <b>126.7</b>         | <b>94.05</b>  | <b>283.6</b>  | <b>4.58</b> | <b>715</b>    | <b>5.2</b>   | <b>.25</b>   | <b>31.21</b>  | <b>.29</b> | <b>.07</b> | <b>15.24</b> | <b>22.01</b> | <b>.92</b>   | <b>.65</b> |
|  | <b>Всего за день</b>                            |               | <b>364</b>    | <b>44.43</b>       | <b>47.61</b> | <b>137.48</b> | <b>1085.95</b>   | <b>435.64</b>        | <b>130.85</b> | <b>652.1</b>  | <b>10.3</b> | <b>1812.6</b> | <b>27.14</b> | <b>17.73</b> | <b>212.71</b> | <b>.86</b> | <b>.59</b> | <b>93.39</b> | <b>69.44</b> | <b>32.3</b>  | <b>.65</b> |

Заведующий  
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D29C9A83E8A8E6521

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024