

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

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
 День: 3

**МЕНЮ**  
 6 Ноября 2024

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E МКг	D МКг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
<b>Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )</b>																					
тпк3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	165	95	13.3	16.85	33.6	335	56	10	47	.24	135	10	26	28	.03	.12	19.8	-	.01	
-	Яблоко	110	35	-	-	10	40	17.6	9.9	12.1	2.42	305.8	2.2	.11	8.8	.03	.02	11	-	.02	-
тпк 37/1	Какао с витаминами"Витошка"	200	26	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	-	2	20	-	.15	15	130	-	2.5
тпк 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	10	1.88	-	12.85	58.2	4.75	16.25	3.25	-	166	1.1	2	4.8	.03	.01	-	-	.43	-
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	<b>19.15</b>	<b>19.75</b>	<b>82.45</b>	<b>584.48</b>	<b>299.35</b>	<b>50.15</b>	<b>252.35</b>	<b>3.96</b>	<b>752.8</b>	<b>14.2</b>	<b>30.11</b>	<b>61.6</b>	<b>.39</b>	<b>.48</b>	<b>149.8</b>	<b>26.12</b>	<b>45</b>	<b>2.51</b>
<b>Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на яйца )</b>																					
тпк 546	Огурец свежий (порционно).	60	30.62	.55	-	1.9	12	11.5	21	7	-	-	-	-	-	.02	-	7.2	-	.05	-
-	Жаркое по-домашнему,,,	200	127.58	16.89	16.39	30.33	399	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	26	83.24	-	.19	26.28	-	-	-
-	Яблоко	120	40.8	.48	.48	11.76	56.4	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.04	.03	12	-	.03	-
тпк10	Чай с сахаром	200	2.26	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тпк243	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>205.76</b>	<b>19.52</b>	<b>17.25</b>	<b>64.24</b>	<b>559.9</b>	<b>60.1</b>	<b>264.8</b>	<b>376.66</b>	<b>7.68</b>	<b>1162.6</b>	<b>15.14</b>	<b>2.18</b>	<b>100.84</b>	<b>.0</b>	<b>.0</b>	<b>45.48</b>	<b>1.06</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( доп.инф. 2 смена )</b>																					
тпк131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	35	3.1	5.1	9.5	87	26	13	79	-	99.5	14.3	17.5	24.6	.02	.12	2	62	1.8	1.5
тпк 18	Свекольник со сметаной	260	31	2.69	5.39	18.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26
тпк 97	Жаркое по-домашнему	200	147	16.9	16.1	40	395	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	26	83.24	-	.19	26	-	-	-
тпк39	Сок разливной	200	25	-	-	22.4	90	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.04	.02	4	-	-	-
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	-	12.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	-	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-
тпк 243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	5	2.15	.36	12.3	56.86	7.25	37.5	11.75	.95	23	25	1.5	3.63	.04	.01	-	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>248</b>	<b>26.82</b>	<b>27.15</b>	<b>114.5</b>	<b>818.91</b>	<b>119.6</b>	<b>326.93</b>	<b>524.91</b>	<b>9.32</b>	<b>1579</b>	<b>57.82</b>	<b>21.31</b>	<b>143.4</b>	<b>.66</b>	<b>5.4</b>	<b>92</b>	<b>48.61</b>	<b>2.28</b>	<b>1.76</b>
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы )</b>																					
тпк 453.	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	25	5.56	7.47	32.86	224	147.8	32.2	155.7	.45	214.18	7.9	32.76	17.7	.07	-	.01	1.56	44	.65
-	Сочень с творогом	1/60	45	8.03	4.22	22.8	161	56	9.9	88	.34	32	.01	.05	-	.05	.04	26	24	-	.05
тпк10.	Чай с сахаром	200	3	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тпк 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>15.67</b>	<b>11.89</b>	<b>78.51</b>	<b>486.7</b>	<b>213.55</b>	<b>62.35</b>	<b>254.95</b>	<b>2.09</b>	<b>412.18</b>	<b>9.01</b>	<b>34.81</b>	<b>22.7</b>	<b>.15</b>	<b>.05</b>	<b>25.56</b>	<b>.27</b>	<b>45.23</b>	<b>-</b>

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2479 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

В.Ю. Лыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4BE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
 День: 3

**МЕНЮ**

6 ноября 2024

**Льготники**

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D	
								мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	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>																						
тк3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	165	105	12.9	11.7	37.5	355	56	10	47	.24	135	10	26	28	.03	.12	19.8	-	.01		
-	Яблоко	120	35	.48	.48	11.76	36.92	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.03	.03	12	-	.03	-	
тк 37/1	Какао с витаминами "Витошка"	200	26	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	-	2	20	-	.15	15	130	-	2.5	
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	-	
	<b>Итого</b>		<b>176</b>	<b>19.03</b>	<b>14.88</b>	<b>88.11</b>	<b>603.9</b>	<b>300.95</b>	<b>51.05</b>	<b>253.4</b>	<b>4.18</b>	<b>780.6</b>	<b>14.4</b>	<b>30.12</b>	<b>62.4</b>	<b>.39</b>	<b>.49</b>	<b>149.8</b>	<b>27.12</b>	<b>.46</b>	<b>2.51</b>	
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																						
тк131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	34	3.1	5.1	11.26	77.4	26	13	79	-	99.5	14.3	17.5	24.6	.02	.12	2	62	1.8	1.5	
тк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26	
тк420 (январь)	Рагу из птицы	200	82	13.67	20.4	34.79	365.79	146.8	229.5	260.1	2.47	-	-	-	-	.18	-	.01	23.32	36	-	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-	
тк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>174</b>	<b>23.59</b>	<b>31.44</b>	<b>108.83</b>	<b>770.89</b>	<b>248.26</b>	<b>355.93</b>	<b>442.0</b>	<b>8.52</b>	<b>563.5</b>	<b>24.58</b>	<b>21.15</b>	<b>66.9</b>	<b>.38</b>	<b>.21</b>	<b>115.32</b>	<b>22.61</b>	<b>38.8</b>	<b>1.76</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>42.62</b>	<b>46.32</b>	<b>196.94</b>	<b>1374.79</b>	<b>549.21</b>	<b>406.96</b>	<b>695.5</b>	<b>12.7</b>	<b>1344.1</b>	<b>38.98</b>	<b>51.27</b>	<b>129.3</b>	<b>.77</b>	<b>-</b>	<b>265.12</b>	<b>49.73</b>	<b>39.26</b>	<b>4.27</b>	
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																						
тк 3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	200/20	109	21	21	78.75	223	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
-	Яблоко	120	35	.48	.48	11.76	48	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.02	.02	12	-	.02	-	
тк 37/1	Какао с витаминами "Витошка"	200	25	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	-	2	20	-	.15	15	130	-	2.5	
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	-	
	<b>Итого</b>		<b>179</b>	<b>27.13</b>	<b>24.18</b>	<b>129.36</b>	<b>482.98</b>	<b>244.95</b>	<b>41.05</b>	<b>206.4</b>	<b>3.94</b>	<b>645.6</b>	<b>4.4</b>	<b>4.12</b>	<b>34.4</b>	<b>.35</b>	<b>.18</b>	<b>130</b>	<b>27</b>	<b>.45</b>	<b>2.5</b>	
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																						
тк131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	30	3.1	5.1	11.26	77.4	26	13	79	-	99.5	14.3	17.5	24.6	.02	.12	2	62	1.8	1.5	
тк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26	
тк420 (сен)	Рагу из птицы,	225	83	16.25	16.25	49	407	146.8	229.5	260.1	2.47	161	3.52	11.2	114.4	.18	.12	.01	23.32	36	-	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-	
тк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>171</b>	<b>26.17</b>	<b>27.29</b>	<b>123.04</b>	<b>812.1</b>	<b>248.26</b>	<b>355.93</b>	<b>442.0</b>	<b>8.52</b>	<b>724.5</b>	<b>28.1</b>	<b>32.35</b>	<b>181.3</b>	<b>.38</b>	<b>.33</b>	<b>115.32</b>	<b>22.61</b>	<b>38.8</b>	<b>1.76</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>53.3</b>	<b>51.47</b>	<b>252.4</b>	<b>1295.08</b>	<b>493.21</b>	<b>396.96</b>	<b>648.5</b>	<b>12.46</b>	<b>1370.1</b>	<b>32.5</b>	<b>36.47</b>	<b>215.7</b>	<b>.73</b>	<b>.51</b>	<b>245.32</b>	<b>49.61</b>	<b>39.25</b>	<b>4.26</b>	

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН В.Ю. Лыкова

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4BE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
 День: 3

**МЕНЮ**

6 ноября 2024

**Льготники**

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		Ca мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E МКг	D МКг	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
тк131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	34	3.1	5.1	11.26	77.4	26	13	79	-	99.5	14.3	17.5	24.6	.02	.12	2	62	1.8	1.5	
тк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26	
тк420 (январь)	Рагу из птицы	200	82	13.67	20.4	34.79	365.79	146.8	229.5	260.1	2.47	-	-	-	-	.18	-	.01	23.32	36	-	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-	
тк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>174</b>	<b>23.59</b>	<b>31.44</b>	<b>108.83</b>	<b>770.89</b>	<b>248.26</b>	<b>355.93</b>	<b>442.05</b>	<b>8.52</b>	<b>563.5</b>	<b>24.58</b>	<b>21.15</b>	<b>66.9</b>	<b>.38</b>	<b>.21</b>	<b>115.32</b>	<b>22.61</b>	<b>38.8</b>	<b>1.76</b>	
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
тк3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	165	105	12.9	11.7	37.5	355	56	10	47	.24	135	10	26	28	.03	-	.12	19.8	-	.01	
-	Яблоко	120	35	.48	.48	11.76	36.92	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.03	.03	12	-	.03	-	
тк 37/ 1.,	Какао с витаминами"Витошка"	200	26	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	-	2	20	-	.15	15	130	-	2.5	
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	-	
	<b>Итого</b>		<b>176</b>	<b>19.03</b>	<b>14.88</b>	<b>88.11</b>	<b>603.9</b>	<b>300.95</b>	<b>51.05</b>	<b>253.45</b>	<b>4.18</b>	<b>780.6</b>	<b>14.4</b>	<b>30.12</b>	<b>62.4</b>	<b>.39</b>	<b>.49</b>	<b>149.8</b>	<b>27.12</b>	<b>.46</b>	<b>2.51</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>42.62</b>	<b>46.32</b>	<b>196.94</b>	<b>1374.79</b>	<b>549.21</b>	<b>406.98</b>	<b>695.5</b>	<b>12.7</b>	<b>1344.1</b>	<b>38.98</b>	<b>51.27</b>	<b>129.3</b>	<b>.77</b>	<b>-</b>	<b>265.12</b>	<b>49.73</b>	<b>39.26</b>	<b>4.27</b>	
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
тк131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	30	3.1	5.1	11.26	77.4	26	13	79	-	99.5	14.3	17.5	24.6	.02	.12	2	62	1.8	1.5	
тк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26	
тк420 (сен),	Рагу из птицы,	225	83	16.25	16.25	49	407	146.8	229.5	260.1	2.47	161	3.52	11.2	114.4	.18	.12	.01	23.32	36	-	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-	
тк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>171</b>	<b>26.17</b>	<b>27.29</b>	<b>123.04</b>	<b>812.1</b>	<b>248.26</b>	<b>355.93</b>	<b>442.05</b>	<b>8.52</b>	<b>724.5</b>	<b>28.1</b>	<b>32.35</b>	<b>181.3</b>	<b>.38</b>	<b>.33</b>	<b>115.32</b>	<b>22.61</b>	<b>38.8</b>	<b>1.76</b>	
<b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
тк 3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	200/20	109	21	21	78.75	223	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
-	Яблоко	120	35	.48	.48	11.76	48	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.02	.02	12	-	.02	-	
тк 37/ 1.,	Какао с витаминами"Витошка"	200	25	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	-	2	20	-	.15	15	130	-	2.5	
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	-	
	<b>Итого</b>		<b>179</b>	<b>27.13</b>	<b>24.18</b>	<b>129.36</b>	<b>482.98</b>	<b>244.95</b>	<b>41.05</b>	<b>206.45</b>	<b>3.94</b>	<b>645.6</b>	<b>4.4</b>	<b>4.12</b>	<b>34.4</b>	<b>.35</b>	<b>.18</b>	<b>130</b>	<b>27</b>	<b>.45</b>	<b>2.5</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>53.3</b>	<b>51.47</b>	<b>252.4</b>	<b>1295.08</b>	<b>493.21</b>	<b>396.98</b>	<b>648.5</b>	<b>12.46</b>	<b>1370.1</b>	<b>32.5</b>	<b>36.47</b>	<b>215.7</b>	<b>.73</b>	<b>.51</b>	<b>245.32</b>	<b>49.61</b>	<b>39.25</b>	<b>4.26</b>	

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24

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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
 День: 3

## МЕНЮ

6 Ноября 2024

Льготники 5-11 кл.

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D	
								МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд+яйца )</b>																						
-	Бутерброд ( батон) с ветчиной.	40/20	30	3.64	3.62	18.6	129	203	15.2	142	.62	29	-	4	-	.05	-	.14	42	-	.32	
тк 540	Каша рисовая рассыпчатая с изюмом паровая с маслом растительным	200	45	4.4	13.6	66	406	13	19	56	1	163	8.5	7.26	39.7	.03	.14	-	-	-	-	
-	Печенье	50	28	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-	
-	Яблоко	150	47.52	-	-	14.7	70.5	24	13.5	16.5	3.3	417	3	.15	12	.03	.03	15	-	.03	-	
тк10.	Чай с сахаром	200	3	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	Итого		153.52	10.72	20.32	127.8	750.5	287	72.1	235.7	6.04	642	11.5	11.41	51.7	.18	.29	42	15.14	.27	.32	
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд+яйца )</b>																						
тк№ 187 ,	Салат из свежих помидоров с луком зеленым и заправкой.	100	48.58	1	5.12	3.8	109	30	18	24	1	145	1	-	10	.05	.02	24	.16	5.1	-	
тк18 сент	Свекольник	250	31	2.47	5.66	16.45	148.31	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк420 (сен),	Рагу из птицы,	225	96.32	16.25	16.25	49	407	146.8	229.5	260.1	2.47	161	3.52	11.2	114.4	.18	.12	.01	23.32	36	-	
-	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	-	-	-	-	
тк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	-	
	Итого		203.9	23.85	27.58	111.93	860.46	204.3	327.5	309.35	7.35	387.8	8.42	14.5	138.4	.33	.17	23.48	28.01	42.1	0	
	Всего за день		357.42	34.57	47.9	239.73	1610.96	491.3	399.6	545.05	13.39	1029.8	19.92	25.91	190.1	.51	.46	65.48	43.15	42.37	.32	

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2478 (расшифровка подписи)

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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2

День: 3

МЕНЮ

6 Ноября 2024

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
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>																					
ткк№3 7диаб	Сырники из творога(без сахара) со сметаной	150/30	105	15.45	12.4	9.3	337	37.1	5.2	34.9	.18	92	7.92	26	28	.02	.12	19.8	.15	.01	
-	Яблоко	100	35	-	-	9.8	47	16	9	11	2.2	278	2	-	8	.03	.02	10	-	.02	-
ткк 37/ 2.	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	25	3.77	2.5	6.12	151.28	221	14	3.2	1	-	-	-	20	-	.15	15	130	2.5	-
ткк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	Итого		171	21.02	15.58	35.47	586.78	274.14	28.2	49.1	3.73	448	12.22	28.1	64	.39	.45	149.8	25.12	3.65	.51
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет</b>																					
ткк131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	35	3.1	5.1	11.26	77.4	26	13	79	-	99.5	14.3	17.5	24.6	.02	.12	2	62	1.8	1.5
ткк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	18.08	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26
ткк420 (январь)	Рагу из птицы	200	82	13.67	20.4	34.79	365.79	146.8	229.5	260.1	2.47	-	-	-	-	.18	-	.01	23.32	36	-
ткк10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	9	2.76	-	15	78.6	10.8	52.8	13.8	.86	-	-	-	-	.06	-	.01	-	-	-
ткк.9	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	11.2	1.98	-	5	58	27	13	23	.97	-	-	-	-	.03	-	200	980	.86	-
	Итого		168.2	24.2	31.29	84.13	711.34	258.56	341.73	453.6	6.47	481.7	20.68	18.05	52.9	.37	.18	095.3	218.6	38.66	1.76
	Всего за день		339.2	45.22	46.87	119.6	1298.12	532.7	369.93	502.7	10.2	929.7	32.9	46.15	116.9	.76	.63	245.1	243.74	42.31	2.27
<b>Обед - Учащиеся 1-11 классов (родительская плата) ( ГПД )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	25	10	.21	.03	.21	3.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ткк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	18.08	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26
ткк 97	Жаркое по-домашнему	200	129	16.89	16.12	35.33	405	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	.26	83.24	-	.19	26	-	-	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	20/20	10	3.3	.44	18.78	92.28	10.8	52.8	13.8	.86	65.44	3.12	2.48	11.2	.06	.02	.01	-	.64	-
ткк39	Сок разливной	200	20	1	-	25	80.8	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.04	.02	4	-	-	-
	Итого		200	24.09	21.98	97.4	712.93	97.12	329.23	447.96	8.72	498.6	20.84	3.29	122.74	.38	.29	30	46.61	.84	.26

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2408

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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
 День: 3

**МЕНЮ**

6 Ноября 2024

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (ккал 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
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на яйца+пшен. мука 2 смена )</b>																					
-	Салат из свежих помидоров с маслом раст.	60	34	1	6	3.3	109	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тпк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	31	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26
тпк420 (январь)	Рагу из птицы	200	82	13.67	20.4	34.79	365.79	146.8	229.5	260.1	2.47	-	-	-	-	.18	-	.01	23.32	36	-
тпк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	-
-	Хлеб дарницкий	30	6	1.68	.33	12.3	75	32	33	56	1	78	1.4	1.8	8	.05	-	.01	5	1.5	-
-	Итого		171	19.04	32.12	89.69	762.14	240.76	309.93	401.8	7.94	460.2	7.78	2.35	36.3	.33	.16	58.32	20.62	37.7	.26
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на яйца+пшен. мука 2 смена )</b>																					
-	Ветчина (порционно)	20	25	3.5	4.1	5	55	5	8	56	-	-	-	-	-	.13	-	-	-	-	-
тпк 453	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	205	34.16	5.56	7.47	33.86	224	147.8	32.2	155.7	.45	163.2	8.5	7.26	39.7	.07	.14	1.56	44	.17	.65
-	Яблоко	120	35	.48	.48	11.76	36.92	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.03	.03	12	-	.03	-
тпк 37/1..	Какао с витаминами"Витошка"	200	26	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	-	2	20	-	.15	15	130	-	2.5
-	Хлеб дарницкий	30	6	1.68	.33	12.3	75	32	33	56	1	78	1.4	1.8	8	.05	-	.01	5	1.5	-
-	Итого		126.16	14.99	14.88	88.92	542.2	425	98	470.9	5.69	720.8	13.2	11.18	77.3	.58	.42	179	28.57	2.4	3.15
-	Всего за день		297.16	34.03	47	178.61	1304.34	665.76	407.93	872.7	13.63	1181	20.98	13.53	113.6	.91	.58	237.32	49.19	40.1	3.41

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2478 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024