

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: 4

**МЕНЮ**  
 10 Октября 2024г.

№ 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
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 ( доп.инф. аллергия мол.изд+птица )</b>																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55	-	3.8	12	8.4	12	15.6	.54	145	-	-	10	.04	.02	15	-	.04	-
тк 84(январь)	Рыба запеченая с овощами	50/50	72	16.09	13.3	14.3	225	262	251	251	1.27	-	-	-	-	.24	-	7.79	48.5	2.83	-
Тк № 35 (январь)	Картофельное пюре..	150	30.4	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	-	.06
-	Печенье галетное	25	25	1.5	-	19	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	5	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ткк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-
	Итого		166.4	22.28	19.62	77.65	511.5	322.44	296	359.6	4.26	616	4.8	.44	36.4	7.63	.08	60.3	65.29	4.05	.06
<b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( доп.инф. 2 смена )</b>																					
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.09	6.96	73.8	22.8	11.4	21.6	-	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	275	45	2.6	3.3	14.3	116	34	20	68	-	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
ткк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	150	105	11.4	11.2	20	205	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	5.5	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	-	.26	-	.02	-	20	.01
ткк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	35	2.5	2.5	12	85	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	-	12.25	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	-	-	-	-
	Итого		248	26.97	28.26	115.14	825.31	353.28	299.2	379.36	8.49	859.5	34.58	7.06	48.4	.83	5.11	.33	21.03	20.28	.66
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы )</b>																					
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	4.5	2.8	28.71	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07
ткк 403/1/.	Кнели из птицы запеченые с соусом.	90	45.35	13	13.2	12.54	215	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01
ткк 136.	Напиток кофейный с молоком	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-
ткк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	8.8	44.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-
	Итого		83	20.4	17.58	72.45	557.5	275.08	159.16	105.44	3.45	391	13.02	12	97.24	7.38	.21	56.2	38.86	3.55	.08

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24795  
 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

**МЕНЮ**

10 Октября 2024 г.

**Льготники**

Неделя: 2  
 День: 4

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

№ 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		
								МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																							
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55		1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145			10	.04	.02	15		.04			
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	24	26.4	.14	.06	5	.05		.06		
тк403/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
тк10.	Чай с сахаром	200	5			10	41	5	4														
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08			.98			
-	Вафли	50	25	1.5	1.5	25	154	12	10	45	1.05				.04				5	1.75			
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	19.19	20.52	77.99	583.5	180.49	236.26	182.58	5.78	815	8.9	12.24	101.4	.34	.19	49.45	20.36	4.58	.07		
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																							
ТТК 528 январь зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6		124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15				
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68		262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18		.65		
тк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200											
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54		.26		.02		20	.01		
-	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						
тк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	180	35	4.86	4.5	9.9	99.9	216	27	176.4						.07		1.8					
	<b>Итого</b>		<b>184</b>	31.43	39.22	118.97	911.2	335.5	324.7	965.25	6.61	895	12.68	7.16	55.14	.58	.13	.33	20.82	20.8	.66		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	50.62	59.74	196.96	1494.7	515.99	560.96	1478.4	14.39	1710	21.58	19.4	156.54	.92	.32	49.78	41.18	25.38	.73		
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																							
тк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25		.08			
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	35	3.05	6.53	24.36	158.4	56.4	34.8	102	1.32	565.2	5.28	29	31.68	.17	.07	6	.06	.24	.07		
тк403/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
тк10.	Чай с сахаром	200	5			10	41	5	4														
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08							14.42			75	23.5	1.96			
-	Вафли	50	25	1.5	1.5	25	154	12	10	45	1.05				.04				5	1.75			
	<b>Итого</b>		<b>183</b>	21.47	21.96	90.67	655.4	188.32	212.56	198.24	6.12	927.88	8.66	10.61	105.36	14.79	.13	72.96	106.36	5.64	.08		
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																							
ТТК 528 январь зам	Винегрет овощной.	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25				
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68		262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18		.65		
тк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200											
тк №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64			
-	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						
тк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	25	5.4	5	11	111	240	30	196						.08		2					
	<b>Итого</b>		<b>167</b>	32.05	44.21	130.18	997.13	377.34	371	983.25	9.82	1023.5	17.88	6.72	103.4	.65	.15	24.43	32	1.44	.65		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	53.52	66.17	220.85	1652.53	565.68	583.56	181.49	15.94	1951.38	26.54	17.33	208.78	15.44	.28	97.39	138.36	7.08	.73		

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

Неделя: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**

10 Октября 2024 г.

**Льготники**

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

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества										Витамины					
				Б	Ж	У		Са	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D		
																						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>																							
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6		124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-		
ТТК 82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68		262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65		
ТТК 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ТТК 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54		.26	-	.02	-	20	.01		
-	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	-	-	-	-		
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	180	35	4.86	4.5	9.9	99.9	216	27	176.4	-	-	-	-	-	.07	-	1.8	-	-	-		
	<b>Итого</b>		<b>184</b>	<b>31.43</b>	<b>39.22</b>	<b>118.97</b>	<b>911.2</b>	<b>335.5</b>	<b>324.7</b>	<b>865.25</b>	<b>8.61</b>	<b>895</b>	<b>12.68</b>	<b>7.16</b>	<b>55.14</b>	<b>.58</b>	<b>.13</b>	<b>.33</b>	<b>20.82</b>	<b>20.8</b>	<b>.66</b>		
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
ТТК 546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55		1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145			10	.04	.02	15	-	.04	-		
ТТК, 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05		.06		
ТТК 403/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
ТТК 10.	Чай с сахаром	200	5			10	41	5	4	8	1												
ТТК 243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-		
-	Вафли	50	25	1.5	1.5	25	154	12	10	45	1.05					.04	-	-	5	1.75	-		
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	<b>19.19</b>	<b>20.52</b>	<b>77.99</b>	<b>583.5</b>	<b>180.43</b>	<b>236.26</b>	<b>182.58</b>	<b>5.78</b>	<b>815</b>	<b>8.9</b>	<b>12.24</b>	<b>101.4</b>	<b>.34</b>	<b>.19</b>	<b>49.45</b>	<b>20.36</b>	<b>4.58</b>	<b>.07</b>		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>50.62</b>	<b>59.74</b>	<b>196.96</b>	<b>1494.7</b>	<b>515.95</b>	<b>560.96</b>	<b>1478.8</b>	<b>14.39</b>	<b>1710</b>	<b>21.58</b>	<b>19.4</b>	<b>156.54</b>	<b>.82</b>	<b>.32</b>	<b>49.78</b>	<b>41.18</b>	<b>25.38</b>	<b>.73</b>		
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	-	-		
ТТК 82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68		262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65		
ТТК 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ТТК №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	-		
-	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	-	-	-	-		
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	25	5.4	5	11	111	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-		
	<b>Итого</b>		<b>167</b>	<b>32.05</b>	<b>44.21</b>	<b>130.18</b>	<b>997.13</b>	<b>377.34</b>	<b>371</b>	<b>983.25</b>	<b>9.82</b>	<b>1023.5</b>	<b>17.88</b>	<b>6.72</b>	<b>103.4</b>	<b>.65</b>	<b>.15</b>	<b>24.43</b>	<b>32</b>	<b>1.44</b>	<b>.65</b>		
<b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
ТТК 546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25	-	.08	-		
ТТК, 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	35	3.05	6.53	24.36	158.4	56.4	34.8	102	1.32	565.2	5.28	.29	31.68	.17	.07	6	.06	.24	.07		
ТТК 403/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
ТТК 10.	Чай с сахаром	200	5			10	41	5	4	8	1												
ТТК 243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08								14.42	-	75	23.5	1.96	-		
-	Вафли	50	25	1.5	1.5	25	154	12	10	45	1.05					.04	-	-	5	1.75	-		
	<b>Итого</b>		<b>183</b>	<b>21.47</b>	<b>21.96</b>	<b>90.67</b>	<b>655.4</b>	<b>188.32</b>	<b>212.56</b>	<b>198.24</b>	<b>6.12</b>	<b>927.88</b>	<b>8.66</b>	<b>10.61</b>	<b>105.36</b>	<b>14.79</b>	<b>.13</b>	<b>72.96</b>	<b>106.36</b>	<b>5.64</b>	<b>.08</b>		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>53.52</b>	<b>66.17</b>	<b>220.85</b>	<b>1652.53</b>	<b>565.68</b>	<b>583.56</b>	<b>181.4</b>	<b>15.94</b>	<b>951.38</b>	<b>26.54</b>	<b>17.33</b>	<b>208.78</b>	<b>15.44</b>	<b>.28</b>	<b>97.39</b>	<b>138.36</b>	<b>7.08</b>	<b>.73</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"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН В.Ю. Лыкова

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**

10 Октября 2024г.

Диета-сахарный диабет-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
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>																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	-	241.67	.67	.33	16.67	.07	.03	25	-	.07	-
тк403/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	82	13	13.2	10.54	193	100.8	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01
тк72 (январь)	Картофель отварной с зеленью	180/2	38.68	3.48	5.64	28.2	277.2	25.2	36	94.8	1.44	565.2	5.28	.29	31.68	.18	.06	25.2	.05	.24	.78
-	Печенье галетное	25	11	1.5	-	19	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк10-	Чай без сахара	200	3	-	-	.05	1.47	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
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>180.68</b>	<b>20.5</b>	<b>19.79</b>	<b>71.21</b>	<b>593.17</b>	<b>145.04</b>	<b>203.76</b>	<b>146.04</b>	<b>4.83</b>	<b>005.8</b>	<b>10.05</b>	<b>12.42</b>	<b>113.34</b>	<b>.37</b>		<b>44.45</b>	<b>50.56</b>	<b>2.9</b>	<b>.79</b>
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет</b>																					
тк 11. (сен).	Винегрет овощной	100	30	2.4	8.1	6.6	133	38	19	36	1	207.5	3	25	16.9	.02	.04	15	.25	-	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	14.3	116	34	20	68	-	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
тк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	25	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	-	.26	-	.02	-	20	.01
тк10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	9	2.76	-	15	78.6	10.8	52.8	13.8	.86	-	-	-	-	.06	-	.01	-	-	-
-	Кисломолочный напиток кефир	200	33.78	2.5	2.5	8	45	180	21	142	-	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	-	-
	<b>Итого</b>		<b>184.78</b>	<b>29.26</b>	<b>40.11</b>	<b>101.23</b>	<b>868.75</b>	<b>312</b>	<b>313.1</b>	<b>841.8</b>	<b>8.99</b>	<b>1188.2</b>	<b>27.98</b>	<b>8.16</b>	<b>87.9</b>	<b>.56</b>	<b>.46</b>	<b>1.93</b>	<b>26.43</b>	<b>20</b>	<b>.66</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>365.46</b>	<b>49.76</b>	<b>59.9</b>	<b>172.44</b>	<b>1461.92</b>	<b>457.04</b>	<b>516.86</b>	<b>987.84</b>	<b>13.82</b>	<b>194.0</b>	<b>38.03</b>	<b>20.58</b>	<b>201.24</b>	<b>.93</b>	<b>.66</b>	<b>46.38</b>	<b>76.99</b>	<b>22.9</b>	<b>1.45</b>

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: 4

## МЕНЮ

10 Октября 2024г.

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
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. Аллергия на яйцо +пшен. )</b>																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55	-	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	-	-	10	.04	.02	15	-	.04	-
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	-	.06
тк 263 (ноябрь),	Птица отварная с маслом сливочным,	100/5	72	16.8	12.2	14	200	50	28	160	2	-	-	-	-	-	-	18	.12	-	-
-	Сок с трубочкой	200	25	-	-	25	80.8	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.02	-	4	-	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	5	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	<b>21.49</b>	<b>18.02</b>	<b>81.45</b>	<b>517.3</b>	<b>131.65</b>	<b>124.5</b>	<b>288.35</b>	<b>8.39</b>	<b>994</b>	<b>6.2</b>	<b>2.24</b>	<b>44.4</b>	<b>.34</b>	<b>.16</b>	<b>.17</b>	<b>42</b>	<b>1.82</b>	<b>.06</b>
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. Аллергия на яйцо +пшен. )</b>																					
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	-	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	-	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
тк 142,	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	-	.26	-	.02	-	20	.01
тк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	180	35	4.86	4.5	9.9	99.9	216	27	176.4	-	-	-	-	-	.07	-	1.8	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	<b>Итого</b>		<b>181</b>	<b>28.7</b>	<b>38.95</b>	<b>105.74</b>	<b>847.35</b>	<b>329.25</b>	<b>296.2</b>	<b>859.75</b>	<b>8.48</b>	<b>891.2</b>	<b>10.18</b>	<b>5.86</b>	<b>49.14</b>	<b>.54</b>	<b>.18</b>	<b>.33</b>	<b>20.82</b>	<b>20.98</b>	<b>.66</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>347</b>	<b>50.19</b>	<b>56.97</b>	<b>187.18</b>	<b>1364.65</b>	<b>460.9</b>	<b>420.7</b>	<b>1148.1</b>	<b>16.87</b>	<b>1885.2</b>	<b>16.38</b>	<b>8.1</b>	<b>93.54</b>	<b>.88</b>	<b>.34</b>	<b>.62</b>	<b>82</b>	<b>22.8</b>	<b>.72</b>

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(подпись)  
 (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

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: 4

**МЕНЮ**

10 Октября 2024г.

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
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 ( доп.инф. аллергия мол.изд +колбаса )</b>																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25	-	.08	-
тк 22/1 (январь)	Птица отварная	100	70	13.7	10	19	215	30	25	50	-	195	3.52	11.2	11440	.06	.12	21	24	-	-
тк 72 (сентябрь)	Картофель отварной.	150	20.4	3	7.65	23.85	181.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	5	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	-	-	-	-	-	-	-	14.42	-	75	23.5	1.96	-
	<b>Итого</b>		<b>141.4</b>	<b>20.62</b>	<b>18.38</b>	<b>73.62</b>	<b>546.5</b>	<b>49.08</b>	<b>49</b>	<b>84</b>	<b>2.61</b>	<b>436.68</b>	<b>4.2</b>	<b>11.52</b>	<b>1456.68</b>	<b>4.56</b>	<b>.15</b>	<b>47.5</b>	<b>121</b>	<b>2.04</b>	<b>0</b>
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд +колбаса )</b>																					
ТТК 528 январь зам	Винегрет овощной.	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	-	-
тк122	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	73.68	11.04	16.23	13.52	244	10	14	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.	2.9	-	4	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
тк №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	-
-	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	-	-	-	-
-	Сок с трубочкой	200	44	-	-	25	80.8	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.02	-	4	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>217.68</b>	<b>26.29</b>	<b>37.24</b>	<b>137.7</b>	<b>944.93</b>	<b>125.34</b>	<b>349</b>	<b>751.65</b>	<b>12.12</b>	<b>1305.5</b>	<b>28.68</b>	<b>8.26</b>	<b>131</b>	<b>.54</b>	<b>.25</b>	<b>24.43</b>	<b>36.9</b>	<b>5.44</b>	<b>.65</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>359.08</b>	<b>46.91</b>	<b>55.62</b>	<b>211.3</b>	<b>1491.43</b>	<b>174.4</b>	<b>398</b>	<b>835.65</b>	<b>14.73</b>	<b>742.1</b>	<b>32.88</b>	<b>19.78</b>	<b>1587.68</b>	<b>8.15</b>	<b>.</b>	<b>71.93</b>	<b>157.9</b>	<b>7.48</b>	<b>.65</b>

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2479

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024