

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

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

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

Неделя: 2  
 День: 5

**МЕНЮ**  
 11 Октября 2022 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211  
 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,			ЭЦ (килокалории)	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 522	Салат из моркови припущенной и яблок.	60	27	2.77	5.7	7.74	77.4	7.8	9	84	.11	42	1.02	6.3	36.6	.01		4.8	690		
ттк 221	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	205	33	6.9	7.1	30.8	245	147	155	32.2	.45	146	9	2	20	.07	.15	1.56	22	1.9	.06
-	Слива	100	49	1.5		10	55.9	30	9	20		278	1.76	.26	7.04	.04	.02	10		.06	
ттк 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146		2	20	.02	.15	10	.01		.01
-	Батон столовый	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>145</b>	<b>15.55</b>	<b>16</b>	<b>83.79</b>	<b>546</b>	<b>249.55</b>	<b>249.25</b>	<b>186.45</b>	<b>55.06</b>	<b>778</b>	<b>13.78</b>	<b>12.56</b>	<b>88.44</b>	<b>.17</b>	<b>.63</b>	<b>712.01</b>	<b>26.36</b>	<b>2.39</b>	<b>.07</b>
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.3	.06	3.8	8	36.56	25.08	44.78	1.24					.07		.01			
ттк 42.	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	.07	.05	2	.21	.28	.65
ттк1а	Гуляш из говядины	100	72	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34		55.44	.04	.12	1	.01	2.2	
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
-	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				
-	Банан.	100	40	1.51	.51	21	48	8	42	28		348	.06	1	2.2	.04	.06	10			
ттк, 434,	Кисель фруктовый	200	10			27.9	113	5	2	8		1.2				.01		2			
	<b>Итого</b>		<b>205</b>	<b>30.8</b>	<b>24.21</b>	<b>141.98</b>	<b>845.35</b>	<b>138.762</b>	<b>13.08</b>	<b>348.23</b>	<b>7.11</b>	<b>1147.1</b>	<b>16</b>	<b>6.44</b>	<b>117.16</b>	<b>.38</b>	<b>.29</b>	<b>.76</b>	<b>15.01</b>	<b>4.74</b>	<b>.72</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>46.35</b>	<b>40.21</b>	<b>125.78</b>	<b>1391.35</b>	<b>888.31</b>	<b>162.33</b>	<b>534.68</b>	<b>62.17</b>	<b>1925.1</b>	<b>29.78</b>	<b>19</b>	<b>105.62</b>	<b>.55</b>	<b>.92</b>	<b>712.77</b>	<b>41.37</b>	<b>7.13</b>	<b>.79</b>
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
ттк 522	Салат из моркови припущенной и яблок.	100	30	4.62	9.5	12.9	129	13	15	140	.18	70	1.7	10.5	61	.01		8	1150		
ттк 221	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	250	33	8.41	8.66	37.56	298.78	179.27	189.02	39.27	.55	178.05	10.98	2.44	24.39	.09	.18	1.9	26.83	2.32	.07
-	Слива	100	43.5	1.5		10	55.9	30	9	20		278	1.76	.26	7.04	.04	.02	10		.06	
ттк 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146		2	20	.02	.15	10	.01		.01
-	Батон столовый	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>142.5</b>	<b>18.91</b>	<b>21.36</b>	<b>95.71</b>	<b>651.38</b>	<b>287.02</b>	<b>289.27</b>	<b>249.52</b>	<b>55.23</b>	<b>138.05</b>	<b>16.44</b>	<b>17.2</b>	<b>117.23</b>	<b>.19</b>	<b>.86</b>	<b>176.8</b>	<b>29.9</b>	<b>2.81</b>	<b>.08</b>
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.24	.06	3.78	15	36.56	25.08	44.78	1.24					.07		.01			
ттк 42.	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	.07	.05	2	.21	.28	.65
ттк1а	Гуляш из говядины	100	72	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34		55.44	.04	.12	1	.01	2.2	
тк (5)	Макаронные изделия отварные.	180	16.24	5.4	3.36	34.45	229.2	15.84	10.08	51.84	1.15	122.4	1.58		24.29	.08	.04		.05	1.15	.08
-	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				
-	Банан.	100	41.26	1.51	.51	21	96	8	42	28		348	.05	1	2.2	.04	.05	10			
ттк, 434,	Кисель фруктовый	200	10			27.9	113	5	2	8		1.2				.01		2			
	<b>Итого</b>		<b>207.5</b>	<b>31.64</b>	<b>24.77</b>	<b>147.71</b>	<b>938.55</b>	<b>141.4</b>	<b>214.76</b>	<b>356.87</b>	<b>7.3</b>	<b>1167.5</b>	<b>16.25</b>	<b>6.44</b>	<b>121.23</b>	<b>.39</b>	<b>.29</b>	<b>.77</b>	<b>15.01</b>	<b>4.93</b>	<b>.73</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>50.55</b>	<b>46.13</b>	<b>143.42</b>	<b>1589.93</b>	<b>128.42</b>	<b>104.03</b>	<b>306.38</b>	<b>62.53</b>	<b>1005.5</b>	<b>32.69</b>	<b>23.64</b>	<b>138.46</b>	<b>.58</b>	<b>1.15</b>	<b>177.6</b>	<b>44.91</b>	<b>7.74</b>	<b>.81</b>

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

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

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

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

Неделя: 2  
 День: 5

**МЕНЮ**  
 11 Октября 2022 г.  
 Льготники

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BBAED973B9EB10B9871E4211  
 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 (ккал/100г)	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>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
-	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.3	.06	3.8	8	36.56	25.08	44.78	1.24	-	-	-	-	.07	-	.01	-	-	-		
тк 42.	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	.07	.05	2	.21	.28	.65		
тк1а	Гуляш из говядины	100	72	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	-		
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		
-	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	-	-	-	-		
-	Банан.	100	40	1.51	.51	21	48	8	42	28	-	348	.06	1	2.2	.04	.06	10	-	-	-		
тк. 434.	Кисель фруктовый	200	10	-	-	27.9	113	5	2	8	-	1.2	-	-	-	.01	-	2	-	-	-		
	<b>Итого</b>		<b>205</b>	<b>30.8</b>	<b>24.21</b>	<b>141.99</b>	<b>845.35</b>	<b>138.762</b>	<b>13.083</b>	<b>348.23</b>	<b>7.11</b>	<b>1147.1</b>	<b>16</b>	<b>6.44</b>	<b>117.16</b>	<b>.38</b>	<b>.29</b>	<b>.76</b>	<b>15.01</b>	<b>4.74</b>	<b>.72</b>		
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
тк 522	Салат из моркови припущенной и яблок.	60	27	2.77	5.7	7.74	77.4	7.8	9	84	.11	42	1.02	6.3	36.6	.01	-	4.8	690	-	-		
тк 221	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	205	33	6.9	7.1	30.8	245	147	155	32.2	.45	146	9	2	20	.07	.15	1.56	22	1.9	.06		
тк38	Мандарины	100	49	-	-	7.5	38	68	26	46	-	394	4	1	34	.08	.06	38	16	-	-		
тк 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146	-	2	20	.02	.15	10	.01	-	.01		
-	Батон столовый	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>145</b>	<b>14.75</b>	<b>15.6</b>	<b>81.29</b>	<b>528.1</b>	<b>287.592</b>	<b>266.252</b>	<b>12.45</b>	<b>55.16</b>	<b>894</b>	<b>16.02</b>	<b>13.3</b>	<b>115.4</b>	<b>.21</b>	<b>.67</b>	<b>728.01</b>	<b>54.36</b>	<b>2.73</b>	<b>.07</b>		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>45.55</b>	<b>39.81</b>	<b>223.28</b>	<b>1373.45</b>	<b>426.314</b>	<b>79.335</b>	<b>360.68</b>	<b>62.27</b>	<b>2041.1</b>	<b>32.02</b>	<b>19.74</b>	<b>232.58</b>	<b>.59</b>	<b>.96</b>	<b>728.77</b>	<b>69.37</b>	<b>7.47</b>	<b>.79</b>		
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
-	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.24	.06	3.78	15	36.56	25.08	44.78	1.24	-	-	-	-	.07	-	.01	-	-	-		
тк 42.	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	.07	.05	2	.21	.28	.65		
тк1а	Гуляш из говядины	100	72	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	-		
тк (5)	Макаронные изделия отварные.	180	16.24	5.4	3.36	34.45	229.2	15.84	10.08	51.84	1.15	122.4	1.58	-	24.29	.08	.04	-	.05	1.15	.08		
-	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	-	-	-	-		
-	Банан.	100	41.26	1.51	.51	21	96	8	42	28	-	348	.05	1	2.2	.04	.05	10	-	-	-		
тк. 434.	Кисель фруктовый	200	10	-	-	27.9	113	5	2	8	-	1.2	-	-	-	.01	-	2	-	-	-		
	<b>Итого</b>		<b>207.5</b>	<b>31.64</b>	<b>24.77</b>	<b>147.71</b>	<b>938.55</b>	<b>141.421</b>	<b>214.763</b>	<b>356.87</b>	<b>7.3</b>	<b>1167.5</b>	<b>16.25</b>	<b>6.44</b>	<b>121.23</b>	<b>.39</b>	<b>.29</b>	<b>.77</b>	<b>15.01</b>	<b>4.93</b>	<b>.73</b>		
<b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
тк 522	Салат из моркови припущенной и яблок.	100	30	4.62	9.5	12.9	129	13	15	140	.18	70	1.7	10.5	61	.01	-	8	1150	-	-		
тк 221	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	250	33	8.41	8.66	37.56	298.78	179.271	189.02	39.27	.55	178.05	10.98	2.44	24.39	.09	.18	1.9	26.83	2.32	.07		
тк38	Мандарины	100	43.5	-	-	7.5	38	68	26	46	-	394	4	1	34	.08	.06	38	16	-	-		
тк 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146	-	2	20	.02	.15	10	.01	-	.01		
-	Батон столовый	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>142.5</b>	<b>18.11</b>	<b>20.96</b>	<b>93.21</b>	<b>633.48</b>	<b>325.020</b>	<b>306.272</b>	<b>75.52</b>	<b>55.33</b>	<b>954.05</b>	<b>18.68</b>	<b>17.94</b>	<b>144.18</b>	<b>.23</b>	<b>.19</b>	<b>192.84</b>	<b>57.9</b>	<b>3.15</b>	<b>.08</b>		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>49.75</b>	<b>45.73</b>	<b>240.92</b>	<b>1572.03</b>	<b>466.425</b>	<b>21.036</b>	<b>32.38</b>	<b>62.632</b>	<b>121.5</b>	<b>34.93</b>	<b>24.38</b>	<b>265.42</b>	<b>.62</b>	<b>1.19</b>	<b>193.67</b>	<b>72.91</b>	<b>8.08</b>	<b>.81</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  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

Неделя: 2  
 День: 5

**МЕНЮ**

11 Октября 2024г.

Льготники 1-4 кл

№ 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 - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на яйца+пшен. мука )</b>																					
ттк 522	Салат из моркови припущенной и яблок.	60	27	2.77	5.7	7.74	77.4	7.8	9	84	.11	42	1.02	6.3	36.6	.01		4.8	690	-	-
ттк 221	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	33	6.9	7.1	30.8	245	147	155	32.2	.45	146	9	2	20	.07	.15	1.56	22	1.9	.06
-	Слива	100	49	1.5		10	55.9	30	9	20		278	1.76	.26	7.04	.04	.02	10	-	.06	-
ттк 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146		2	20	.02	.15	10	.01	-	.01
-	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	-
	<b>Итого</b>		<b>141</b>	<b>15.35</b>	<b>16.13</b>	<b>83.24</b>	<b>560.3</b>	<b>276.8</b>	<b>266</b>	<b>239.2</b>	<b>55.76</b>	<b>690</b>	<b>14.08</b>	<b>12.36</b>	<b>91.64</b>	<b>.19</b>	<b>.72</b>	<b>717.0</b>	<b>26.37</b>	<b>3.46</b>	<b>.07</b>
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на яйца+пшен. мука )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.3	.06	3.8	8	36.56	25.08	44.78	1.24	-	-	-	-	.07	-	.01	-	-	-
ттк 42 (март)	Суп-пюре из разных овощей с зеленью	250/2	30	3.76	6.29	24	135	48.5	49.6	57	1.13	-	-	-	-	.07	-	2	.21	.28	-
ттк1а	Гуляш из говядины	100	72	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	-
тк 13 (январь)	Капуста тушеная	150	30.84	3.8	6.3	22.8	239	90	29	59	1.2	423.3	4.49	.44	14.96	.04	.05	27	.11	-	-
-	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	-	-	-	-
-	Банан.	100	40	1.51	.51	21	48	8	42	28		348	.06	1	2.2	.04	.06	10	-	-	-
ттк, 434,	Кисель фруктовый	200	10			27.9	113	5	2	8		1.2	-	-	-	.01	-	2	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>220.84</b>	<b>30.1</b>	<b>27.71</b>	<b>136.08</b>	<b>863.35</b>	<b>215.54</b>	<b>233.68</b>	<b>364.03</b>	<b>7.35</b>	<b>1124.3</b>	<b>14.79</b>	<b>4.54</b>	<b>86.6</b>	<b>.35</b>	<b>.26</b>	<b>.83</b>	<b>42.01</b>	<b>4.08</b>	<b>0</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>361.84</b>	<b>45.45</b>	<b>43.84</b>	<b>219.32</b>	<b>1423.65</b>	<b>492.34</b>	<b>499.66</b>	<b>603.23</b>	<b>63.11</b>	<b>1814.3</b>	<b>28.87</b>	<b>16.9</b>	<b>178.24</b>	<b>.54</b>	<b>.98</b>	<b>717.84</b>	<b>68.38</b>	<b>7.54</b>	<b>.07</b>

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24789 (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: 5

## МЕНЮ

11 Октября 2024г.

Диета-сах.диабет-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 5-11 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																					
ттк 522	Салат из моркови припущенной и яблок.	100	30	4.62	9.5	12.9	129	13	15	140	.18	70	1.7	10.5	61	.01	.	8	1150	-	-
ттк 221,,	Каша молочная пшенная с маслом сливочным без сахара	200/5	33	7.47	8.18	31.55	230	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	Слива	100	50	1.5	.	10	55.9	30	9	20	.	278	1.76	.26	7.04	.04	.02	10	-	.06	-
ттк 37/1,	Какао с молоком без сахара	200	20	2.9	2.5	6.15	75	120	90	14	-	-	-	-	-	.04	-	1.3	-	-	-
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	Итого		139	17.89	20.96	70.85	541.4	163.04	114	174	1.03	426	4.86	12.56	76.04	.13	.	1150	19.3	1.04	0
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	100	35	2.48	.33	2.48	39.4	60.93	41.8	74.63	2.07	-	-	-	-	.12	-	.02	.83	-	-
ттк 42 (март,	Суп-пюре из разных овощей с зеленью	250/2	30	3.76	6.29	24	135	48.5	49.6	57	1.13	-	-	-	-	.07	-	2	.21	.28	-
-	Мясо отварное	50	72	12.5	8.4	-	127	15	16	92	1	-	-	-	-	.03	-	-	-	-	-
тк 13 (январь)	Капуста тушеная	180	30	4.56	7.56	27.36	286.8	108	34.8	70.8	1.44	507.96	5.39	.53	17.95	.05	.06	32.4	.13	.36	-
тк10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	10	2.76	.	15	78.6	10.8	52.8	13.8	.86	65.44	3.12	2.48	11.2	.06	.02	.01	-	-	-
-	Кисломолочный напиток кефир	200	30	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	-	-
	Итого		207	28.56	25.48	76.84	711.8	423.23	216	450.23	6.7	865.4	26.51	7.01	69.15	.39	.42	2.67	35.83	.94	0
	Всего за день		346	46.45	46.44	147.69	1253.2	586.27	330	624.23	7.73	1291.4	31.37	19.57	145.19	.52	1.02	152.6	55.13	1.98	0

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24788 (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: 5

**МЕНЮ**

11 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	
								МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия на мол+колб. )</b>																						
ттк522	Салат из моркови припущенной и яблок.	60	27	2.77	5.7	7.74	77.4	7.8	9	84	.11	42	1.02	6.3	36.6	.01		4.8	690	-	-	
ттк378	Треска тушеная в томате с овощами	50/50	60.58	10.31	3.78	2.95	86.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк72 (январь)	Картофель отварной с зеленью	180/2	25.98	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	
-	Слива	100	50	1.5		10	55.9	30	9	20		278	1.76	.26	7.04	.04	.02	10	-	.06	-	
тк10.	Чай с сахаром	200	2.26	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
-	Батон столовый	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>175.82</b>	20.14	15.82	71.74	598.38	72.75	74.25	210.05	3.35	1051.2	9.16	8.85	80.12	.26	.39	590.05	40	.73	.78	
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия на мол+колб. )</b>																						
-	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.3	.06	3.8	8	36.56	25.08	44.78	1.24	-	-	-	-	.07	-	.01	-	-	-	
ттк42.	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	.07	.05	2	.21	.28	.65	
ттк1а	Гуляш из говядины	100	72	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	-	
тк (б)	Макаронные изделия отварные.	180	15	5.4	3.36	34.45	229.2	15.84	10.08	51.84	1.15	122.4	1.58	-	24.29	.08	.04	-	.05	1.15	.08	
-	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	-	-	-	-	
-	Банан.	100	40	1.51	.51	21	48	8	42	28		348	.06	1	2.2	.04	.06	10	-	-	-	
ттк, 434.	Кисель фруктовый	200	10			27.9	113	5	2	8		1.2	-	-	-	.01	-	2	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>205</b>	31.7	24.77	147.73	883.55	141.4	214.76	356.87	7.3	1167.4	16.26	6.44	121.23	.39		.77	15.01	4.93	.73	
	<b>Всего за день</b>		<b>380.82</b>	51.84	40.59	219.47	1481.93	214.14	289.01	566.92	10.65	2218.7	25.42	15.29	201.34	.65	.69	690.82	55.01	5.66	1.51	

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2478

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024