

Неделя: 1
 День: 1

МЕНЮ
 14 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 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
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (завтрак 1-4 классы)																					
ттк 243	Бутерброд (батон) с колбасными изделиями и сыром	70	46	6.5	8.9	12.8	94.8	168.7	23.57	124.41	.47	182	1.03	4.57	4.48	.04	.07	.13	48.53	-	.18
ттк №273,	Каша молочная рисовая с вишневой подливкой и с маслом	235	32	5.56	7.77	28.5	245	123	29	13707	.	1.3	40	.	.
тк38	Мандарины	100	56	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	.
ттк 37/ 1.,	Какао с витаминами"Витошка"	200	26	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	.	2	20	.04	.15	1	.01	.	2.5
ттк 243,	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	.	12.2	58.5	7.25	37.5	11.25	95	.	.02	.	.35	.
	Итого		166	18.51	19.47	87	587.58	587.95	130.07	508.66	2.47	722	5.93	7.57	58.48	95.23	.28	104.54	40.45	.75	2.68
Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) (доп.инф. 2 смена)																					
ттк 174	Салат из свеклы с яблоком	60	31	.	3.1	7.5	61	21	12	22	1.1	125.7	2.3	.25	7.2	.01	.01	5	.	.	.
ттк 1	Щи из свежей капусты с картофелем мясом, сметаной и зеленью.	275	53	2.98	5.3	12	134	48.5	49.6	57.65	1.13	332	4.42	24	23.3	.07	.01	22	.21	.28	.65
ттк 115	Котлета по-хлыновски (гов.+свин.)	90	100	10.8	11.1	8	176	140	.	340	2	259	5.3	2.7	37.5	.12	.12	4	.02	.	.
тк155	Каша пшеничная рассыпчатая	150	21	7.6	5.61	34	230.15	41.76	31.7	69.1	1.44	86.25	.01	31.11	.	.08	.04	.02	13	.	.65
тк 587	Соус томатный	50 гр	5	.	1.5	3.2	37	3	4	801	.	1	.09	.	.
ттк39	Сок разливной	200	25	.	.	22.4	90	14	14	8	2.8	30004	.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	.
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		245	26.91	27.17	111.6	843.51	275.54	148.8	516.5	9.63	149.23	37.83	37.3	75.26	.65	5.21	13.32	36.03	1.96	1.5
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																					
.	Сыр "Российский" (порционно),	20	20	4.6	5.91	15	72.6	176	9	130	.	17.6	.	2.91	.	.01	.07	.	.08	.11	.19
тк 453	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/5	28	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
ттк 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
.	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	.
	Итого		83	15.81	16.08	87.71	508.58	549.55	71.45	478.95	1.95	492.8	10.5	14.17	64.5	.41	.37	174.08	16.56	.71	3.34

Заведующий
 столовой
 (должность)



Технолог отдела питания
 (должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина
 (расшифровка подписи)

Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

Неделя: 1
 День: 1

МЕНЮ
 14 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
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Завтрак - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
гтк 243	Бутерброд (батон) с колбасными изделиями и сыром	75	52	8.48	9.1	27.89	153.3	180.75	25.25	133.3	.	195	1.1	4.9	4.8	.04	.07	.14	52	.	.19
гтк №273,	Каша молочная рисовая с вишневой подливкой и с маслом	235	32	5.01	7.13	36.45	230.04	123	29	13707	.	1.3	40	.	.
гтк38	Мандарины	100	60	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	.
гтк 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
	Итого		170	17.66	18.93	97.84	572.62	592.75	94.25	506.3	2.5	735	6	7.9	58.8	.49	.28	238	54.44	.	2.69
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
гтк 174	Салат из свеклы с яблоком	60	15.16	.	3.1	7.5	61	21	12	22	1.1	125.7	2.3	25	7.2	.01	.01	5	.	.	.
гтк 1 (сен)	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	24.86	2.98	5.6	12	86	48.5	49.6	57	1.13	332.1	4.42	.24	23.3	.07	.01	22	.21	.28	.65
гтк 115	Котлета по-хлыновски (гов.+свин.)	90	94	10.8	11.1	8	176	140	.	340	2	259	5.3	2.7	37.5	.12	.12	4	.02	.	.
гтк155	Каша пшеничная рассыпчатая	150	11.36	3.88	6.5	36.66	228	41.76	31.7	69.1	1.44	86.25	.01	31.11	.	.08	.04	.02	13	.	.65
.	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	.01	.	.	.
гтк 587	Соус томатный	50 гр	5	.	1.5	3.2	37	3	4	801	.	1	.09	.	.
гтк39	Сок разливной	200	22.4	.	.	22.4	90	14	14	8	2.8	30004	.02	4	.	.	.
	Итого		181.78	23.19	28.35	113.24	793.35	281.76	177.3	521.35	9.75	184.88	15.93	37.4	82	.41	.23	13.32	36.03	2.48	1.5
	Всего за день		351.78	40.85	47.28	211.08	1365.97	874.51	271.55	1027.65	12.25	919.85	21.93	45.3	140.8	.	.51	251.32	90.47	2.88	4.19
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
гтк 243	Бутерброд (батон) с колбасными изделиями и сыром	75	52	8.48	9.1	27.89	153.3	180.75	25.25	133.3	.	195	1.1	4.9	4.8	.04	.07	.14	52	.	.19
гтк №273,	Каша молочная рисовая с вишневой подливкой и с маслом	235	32	5.01	7.13	36.45	230.04	123	29	13707	.	1.3	40	.	.
гтк38	Мандарины	100	56	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	.
гтк 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
	Итого		166	17.66	18.93	97.84	572.62	592.75	94.25	506.3	2.5	735	6	7.9	58.8	.49	.28	238	54.44	.	2.69
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
гтк174 сен	Салат из свеклы с яблоком	100	15.16	1.3	5.16	12.5	101.7	35	20	36.7	1.8	209.5	3.83	4.1	12	.02	.02	8.3	.	2.7	.
гтк 1 (сен)	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	24.86	2.98	5.6	12	86	48.5	49.6	57	1.13	332.1	4.42	.24	23.3	.07	.01	22	.21	.28	.65
гтк 115 (март)	Котлета по-хлыновски (гов.+свин.)	100	94	12.25	13	9.5	195	170.5	27.5	425	2.5	195	5.9	3	41.7	.15	.15	5	.03	.75	.25
гтк155	Каша пшеничная рассыпчатая	180	15.36	4.66	7.8	43.99	273.6	50.11	38.04	82.92	1.73	103.5	.01	37.33	.	.	.05	.02	15.6	.	.78
.	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	.01	.	.	.
гтк 587	Соус томатный	50 гр	5	.	1.5	3.2	37	3	4	801	.	1	.09	.	.
гтк39	Сок разливной	200	22.4	.	.	22.4	90	14	14	8	2.8	30004	.02	4	.	.	.
	Итого		185.78	25.92	33.61	127.07	898.65	334.61	219.14	634.87	11.24	1221.9	18.06	44.08	91	.47	.28	15.93	40.33	5.43	1.68
	Всего за день		351.78	43.58	52.54	224.91	1471.27	927.36	313.39	141.11	13.74	1956.9	24.06	51.98	149.8	.96	.56	253.93	94.77	5.83	4.37

Заведующий
 столовой

(должность)



Технолог отдела питания

(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

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

Неделя: 1
 День: 1

МЕНЮ
 14 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	мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																						
тк174	Салат из свеклы с яблоком	60	15.16	.	3.1	7.5	61	21	12	22	1.1	125.7	2.3	.25	7.2	.01	.01	5	-	-	-	
ТТК 1 (сен)	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	24.86	2.98	5.6	12	86	48.5	49.6	57	1.13	332.1	4.42	.24	23.3	.07	.01	22	.21	.28	.65	
тк115	Котлета по-хлыновски (гов.+свин.)	90	94	10.8	11.1	8	176	140	-	340	2	259	5.3	2.7	37.5	.12	.12	4	.02	.	.	
тк155	Каша пшеничная рассыпчатая	150	11.36	3.88	6.5	36.66	228	41.76	31.7	69.1	1.44	86.25	.01	31.11	-	.08	.04	.02	13	.	.65	
-	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	.01	-	.	-	
тк587	Соус томатный	50 гр	5	.	1.5	3.2	37	3	4	8	.	-	-	-	-	.01	-	1	.09	.	-	
тк39	Сок разливной	200	22.4	-	-	22.4	90	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.04	.02	4	-	.	-	
	Итого		181.78	23.19	28.35	113.24	793.35	281.76	177.3	521.35	9.75	184.85	15.93	37.4	82	.41	.23	13.32	36.03	2.48	1.5	
Полдник - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																						
тк243	Бутерброд (батон) с колбасными изделиями и сыром	75	52	8.48	9.1	27.89	153.3	180.75	25.25	133.3	.	195	1.1	4.9	4.8	.04	.07	.14	52	-	.19	
тк №273,	Каша молочная рисовая с вишневой подливкой и с маслом	235	32	5.01	7.13	36.45	230.04	123	29	137	.	-	-	-	-	.07	-	1.3	40	-	-	
тк38	Мандарины	100	60	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-	
тк37/1.,	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	
	Итого		170	17.66	18.93	97.84	572.62	592.75	94.25	506.3	2.5	735	6	7.9	58.8	.49	.28	238	54.44	.	2.69	
	Всего за день		351.78	40.85	47.28	211.08	1365.97	874.51	271.55	1227.65	12.25	919.85	21.93	45.3	140.8	.	.51	251.32	90.47	2.88	4.19	
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																						
тк174 сен	Салат из свеклы с яблоком	100	15.16	1.3	5.16	12.5	101.7	35	20	36.7	1.8	209.5	3.83	.41	12	.02	.02	8.3	-	2.7	-	
ТТК 1 (сен)	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	24.86	2.98	5.6	12	86	48.5	49.6	57	1.13	332.1	4.42	.24	23.3	.07	.01	22	.21	.28	.65	
тк115 (март)	Котлета по-хлыновски (гов.+свин.)	100	94	12.25	13	9.5	195	170.5	27.5	425	2.5	195	5.9	3	41.7	.15	.15	5	.03	.75	.25	
тк155	Каша пшеничная рассыпчатая	180	15.36	4.66	7.8	43.99	273.6	50.11	38.04	82.92	1.73	103.5	.01	37.33	-	.	.05	.02	15.6	.	.78	
-	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	.01	-	.	-	
тк587	Соус томатный	50 гр	5	.	1.5	3.2	37	3	4	8	.	-	-	-	-	.01	-	1	.09	.	-	
тк39	Сок разливной	200	22.4	-	-	22.4	90	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.04	.02	4	-	.	-	
	Итого		185.78	25.92	33.61	127.07	898.65	334.61	121.14	634.87	11.24	1221.9	18.06	44.08	91	.47	.28	15.93	40.33	5.43	1.68	
Полдник - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																						
тк243	Бутерброд (батон) с колбасными изделиями и сыром	75	52	8.48	9.1	27.89	153.3	180.75	25.25	133.3	.	195	1.1	4.9	4.8	.04	.07	.14	52	-	.19	
тк №273,	Каша молочная рисовая с вишневой подливкой и с маслом	235	32	5.01	7.13	36.45	230.04	123	29	137	.	-	-	-	-	.07	-	1.3	40	-	-	
тк38	Мандарины	100	56	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-	
тк37/1.,	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	
	Итого		166	17.66	18.93	97.84	572.62	592.75	94.25	506.3	2.5	735	6	7.9	58.8	.49	.28	238	54.44	.	2.69	
	Всего за день		351.78	43.58	52.54	224.91	1471.27	927.36	313.38	141.11	13.74	1956.9	24.06	51.98	149.8	.96	.56	253.93	94.77	5.83	4.37	

Заведующий
 столовой

(должность)



Технолог отдела питания

(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

Неделя: 1
 День: 1

МЕНЮ
 14 Октября 2024г.

Диета-сахарный 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
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																					
TK149,	Салат из зеленого горошка с яйцом с маслом растительным	95	35.7	4.7	9.5	7	124	35.6	12.65	117.5	1.51	-	-	-	-	.02	-	6	.05	4.77	-
TKK 249 (сен.	Макароны с овощами	150	25	3.75	6.15	27.5	202	23	20	54	1.1	171	-	-	-	.07	.02	13	.43	-	-
TK38	Мандарины	100	60	-	-	7.5	38	68	26	46	-	394	4	1	34	.08	.06	38	16	-	-
TKK 37/2,	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	25	2.92	2.5	6.12	85	221	14	3.2	1	-	-	-	-	-	-	15	130	2.5	-
TKK243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-
	Итого		150.2	13.47	18.53	58.37	500.5	347.64	72.65	220.7	4.56	565	4	1	34	7.68	.08	158.23	109.5	9.55	0
Обед - Льготники 5-11 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																					
TKK 29(янв)	Свекла отварная с маслом растительным	100	15	1.62	8.33	7.67	133.33	41.67	21.67	41.67	1.67	200	6.33	.52	14.67	.02	.05	8.33	2	3.83	-
TKK 1 (март.),,	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	24.86	2	4.1	8	73	48.5	49.6	57.65	1.13	-	-	-	-	.07	-	.01	22	.21	-
TK115(сен)б/з свин	Котлета мясо-картофельные по-хлыновски	100	109.34	12.25	13	9.5	195	170	27	425	2.5	195	5.9	3	41.7	.15	.15	5	.03	.75	.25
TK155	Каша пшеничная рассыпчатая	150	21	3.88	6.5	36.66	228	41.76	31.7	69.1	1.44	86.25	.01	31.11	-	.08	.04	.02	13	-	.65
TK10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	25/25	10	3.45	-	18.75	98.25	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	.01	-	-	-
-	Сок томатный	200	22.4	1	-	2.9	18	7	12	32	-	-	-	-	-	.03	-	-	.05	-	-
	Итого		202.6	24.2	32.53	83.48	745.58	322.43	207.97	542.67	8.52	481.25	12.24	34.63	56.37	.43	.24	37.08	13.37	5.69	-
	Всего за день		352.8	37.67	51.06	141.85	1246.08	370.07	280.62	863.37	13.08	1046.25	16.24	35.63	90.37	8.11	.32	195.31	122.87	15.24	-

Заведующий
 столовой

(должность)



Технолог отдела питания

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

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

Неделя: 1
 День: 1

МЕНЮ
 14 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 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
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. аллергия мол.изд)																					
тк 174	Салат из свеклы с яблоком	100	15.16	1.33	5.17	12.5	101.67	35	20	36.67	1.83	209.5	3.83	.42	12	.02	.02	8.33	-	-	-
тк1. (март)	Щи из свежей капусты с картоф с мясом,,	250/15	49.62	2.26	6.06	7.26	91.35	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 115	Котлета по-хлыновски (гов.+свин.)	90	94	10.8	11.1	8	176	140	-	340	2	259	5.3	2.7	37.5	.12	.12	4	.02	.	.
тк155	Каша пшеничная рассыпчатая	180	11.36	4.66	7.8	43.99	273.6	50.11	38.04	82.92	1.73	103.5	.01	37.33	-	.	.05	.02	15.6	.	.78
-	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	.01	-	.	-
тк 587	Соус томатный	50 гр	5	.	1.5	3.2	37	3	4	8	.	-	-	-	-	.01	-	1	.09	.	-
тк39	Сок разливной	200	22.4	-	-	22.4	90	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.04	.02	4	-	.	-
	Итого		206.54	23.78	32.18	120.83	884.97	255.61	142.04	492.84	9.64	953.8	13.04	43.55	63.5	.37	.24	15.71	17.36	2.3	.98

Заведующий
 столовой

(должность)



Технолог отдела питания
 (должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)