

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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211  
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 14 Ноября 2024г

№ 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 - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )</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	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	
тк 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	22.45	110	61	36	225	6.46	112.7	3.2	3.8	9.1	.16	.04	.	.	.	.	
	Итого		166	20.14	19.5	87.78	584.5	274.95	224.2	735.6	12.96	671.9	20.2	26.48	152.02	.47	.47	62.9	11.59	8.19	.03	
<b>Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( доп.инф. Аллергия на яйцо+курица )</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	.	
тк 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	.	
ттк122	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	80	11.04	16.23	13.52	244	10	14	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.	2.9	.	4	.	
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	22.45	110	61	36	225	6.46	112.7	3.2	3.8	9.1	.16	.04	.	.	.	.	
	Итого		166	21.06	25.03	88.05	683	266.5	204	706.4	12.66	711.7	26.25	10.02	77.02	.45	.	24.2	12.1	8.95	0	
<b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( обед 1-4 классы )</b>																						
тк ,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 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 с соусом томатным	100	100	13.5	14.2	20	266	36	20	162	2	200	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
тк35	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 468	Компот из компотной смеси	200	31	.	.	27.7	113	8	4	6	.	25	.	.	.	.02	.	2	1	.	.	
.	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	.	13.2	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		248	26.19	28.97	113.1	786.42	164.98	128.55	365.35	6.34	886.3	31.1	3.25	39.17	.65	5.09	12.04	11.22	.95	.06	
<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	
ттк110 (январь)	Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	60/50	45.35	8.53	15.86	10.64	219.38	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
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	.	
	Итого		83	16.93	21.26	72	568.88	174.24	15.4	88.2	2.31	348	11.72	3.8	48.24	.13	.26	.05	1	1.94	.07	

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121016  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (расшифровка подписи)  
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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**

14 ноября 2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 5CD2666417FA4BE15BEAD973B9EB10E9871B4211  
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 (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 ( Льготники )</b>																					
ТТК 546.	Огурец свежий (порционно).	60	28	.55	.38	.8	11.5	21	7	.84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-	-	
ТТК 117	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	70	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	.49	-	-	
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	.132	58.5	.03	-	-	.01	23.3	.15	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>156</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	-	
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	50	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-	
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	
-	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	27	.19.9			103	8	4	6	.25	-	-	-	.02	-	2	1	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>194</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>.41</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</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>300.45</b>	<b>12.32</b>	<b>1482.3</b>	<b>28.4</b>	<b>29.33</b>	<b>200.46</b>	<b>1.04</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	35	1.65	.08	.96	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	.132	58.5	.03	-	-	.01	23.3	.15	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>172</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	80	20	2	4.14	4.14	62.4	13.6	11.2	20	.34	-	-	-	.02	-	5.6	-	.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	40	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-	
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	21	.19.9			103	8	4	6	.25	-	-	-	.02	-	2	1	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>178</b>	<b>22.78</b>	<b>29.81</b>	<b>108.9</b>	<b>759.95</b>	<b>156.6</b>	<b>149.85</b>	<b>294.85</b>	<b>5.55</b>	<b>821.8</b>	<b>9.2</b>	<b>3.35</b>	<b>45.91</b>	<b>.42</b>	<b>.11</b>	<b>13.8</b>	<b>12.61</b>	<b>1.28</b>	<b>.06</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	<b>43.1</b>	<b>45.4</b>	<b>195.8</b>	<b>1362.05</b>	<b>379.75</b>	<b>363.45</b>	<b>381.65</b>	<b>13.34</b>	<b>1559.9</b>	<b>29.82</b>	<b>31.89</b>	<b>217.14</b>	<b>1.16</b>	<b>5.65</b>	<b>89.4</b>	<b>24.3</b>	<b>6.14</b>	<b>.09</b>

Заведующий  
столовой  
(должность)

О.В. Илюшкина  
(подпись)

Технолог отдела питания  
(должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна ( )  
Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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**

14 ноября 2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 5CD2666417FA4BE15BEAD973B9EB10E9871B4211  
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 (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>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	-	
TKK 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	-	
TKK №142.	Сосиска отварная	50	50	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
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	
-	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	-	-	-	-	
TKK 468	Компот из компотной смеси	200	27	-	-	19.9	103	8	4	6	-	25	-	-	-	.02	-	2	1	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>194</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	.41	.11	12.04	11.21	1.47	.06	
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
TKK 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	-	
TKK 117	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	70	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	
TK 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	-	
TKK 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	-	
TKK243	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>156</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</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	1.04	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	80	20	2	4.14	4.14	62.4	13.6	11.2	20	.34	-	-	-	-	.02	-	5.6	-	.06	-	
TKK 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	-	
TKK №142.	Сосиска отварная	50	40	5.7	9.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
TK 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	-	-	-	-	
TKK 468	Компот из компотной смеси	200	21	-	-	19.9	103	8	4	6	-	25	-	-	-	.02	-	2	1	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>178</b>	22.78	29.81	108.9	759.95	156.6	149.85	294.85	5.55	821.8	9.2	3.35	45.91	.42	.11	13.8	12.61	1.28	.06	
<b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
-	Огурец свежий (порционно)	80	35	1.65	.08	-	9.6	17.52	17.6	24.8	.43	112.8	2.4	.24	13.6	.02	.03	8	8	-	-	
TKK 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	
TKK90	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	-	-	-	
TKK 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	-	
TKK243	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>172</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>350</b>	43.1	45.4	195.8	1362.05	379.75	363.45	881.65	13.34	1559.9	29.82	31.89	217.14	1.16	5.65	89.4	24.3	6.14	.09	

Заведующий  
столовой  
(должность)

О.В. Илюшкина  
(подпись)

Технолог отдела питания  
(должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна ( )  
Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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: 1  
 День: 4

**МЕНЮ**

14 ноября 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	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-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	-	-	
ткк 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	-	-	
ткк90	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	20	8.74	8.27	40.58	269.67	24.06	151	253	4	198	1.74	3	12	.	.09	.02	.	-	-	
ткк38	Мандарины	100	35	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-	
ткк 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	-	
ткк243	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>182.16</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>																						
ткк ,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	-	-	
ткк 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	-	
ткк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42.1	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	.	-	-	-	-	-	
ткк72. (сент).	Картофель отварной .	150	30.94	2.9	4.7	19.8	131	21	30	79	1.2	471	4.4	.24	26.4	.15	.05	21	.04	.	.65	
ткк/ /111 без сах.	Компот из смородины без сахара	200	44.26	.	.	8.5	34	4	4	3	-	96.6	.	7.9	.	.01	-	4	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>189.3</b>	<b>22.97</b>	<b>33.92</b>	<b>63.5</b>	<b>627</b>	<b>127.7</b>	<b>92.05</b>	<b>344.6</b>	<b>4.88</b>	<b>911.6</b>	<b>6.1</b>	<b>8.15</b>	<b>32.11</b>	<b>.33</b>	<b>.07</b>	<b>15.24</b>	<b>25.01</b>	<b>.42</b>	<b>.65</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>371.46</b>	<b>49.63</b>	<b>56.71</b>	<b>150.48</b>	<b>1226.95</b>	<b>436.64</b>	<b>428.85</b>	<b>713.1</b>	<b>10.6</b>	<b>2009.2</b>	<b>28.04</b>	<b>25.63</b>	<b>213.61</b>	<b>.</b>	<b>.59</b>	<b>93.39</b>	<b>72.44</b>	<b>31.8</b>	<b>.65</b>	

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна ( )  
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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: 1  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 14 ноября 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>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на пшен. муку+яйца 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	-	
TK 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	-	
TK 142	Сосиска отварная	50	50	4.59	10	.16	109.02	14.75	8.2	66.39	.82	-	-	-	-	.08	-	-	-	.16	-	
TK 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	
TK 468	Компот из компотной смеси	200	16.76	.	.	19.9	103	8	4	6	.	25	.	-	.	.02	-	2	1	.	-	
.	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>179.76</b>	<b>17.48</b>	<b>26.79</b>	<b>70.86</b>	<b>615.82</b>	<b>168.45</b>	<b>112.25</b>	<b>113.99</b>	<b>5.2</b>	<b>718</b>	<b>6.7</b>	<b>2.05</b>	<b>39.91</b>	<b>.36</b>	<b>.18</b>	<b>17.04</b>	<b>11.22</b>	<b>2.33</b>	<b>.06</b>	
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на пшен. муку+яйца 2 смена )</b>																						
TK 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	-	
TK 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	-	
TK 110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	76.38	14	15.1	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-	
TK 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 дарницкий	30	6	1.68	.33	12.3	75	32	33	56	1	78	1.4	1.8	8	.05	.	.01	5	1.5	-	
TK 243	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>162.38</b>	<b>23.72</b>	<b>24.03</b>	<b>92.83</b>	<b>714.5</b>	<b>265.54</b>	<b>209</b>	<b>537.4</b>	<b>7.55</b>	<b>755</b>	<b>25.85</b>	<b>9.82</b>	<b>83.92</b>	<b>.38</b>	<b>.47</b>	<b>29.2</b>	<b>12.11</b>	<b>11.43</b>	<b>0</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>342.14</b>	<b>41.2</b>	<b>50.82</b>	<b>163.69</b>	<b>1330.32</b>	<b>433.99</b>	<b>321.25</b>	<b>351.39</b>	<b>12.75</b>	<b>1473</b>	<b>32.55</b>	<b>11.87</b>	<b>123.83</b>	<b>.74</b>	<b>.65</b>	<b>46.24</b>	<b>23.33</b>	<b>13.76</b>	<b>.06</b>	

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна  
 (расшифровка подписи)

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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: 1  
День: 4

## МЕНЮ

14 ноября 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 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
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	80	35	1.65	.08	.	9.6	17.52	17.6	24.8	.43	112.8	2.4	.24	13.6	.02	.03	8	8	-	-
тк117	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
тк90	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	.	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	3	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	.	13.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	Итого		150	19.02	14.29	74.5	536.1	67.15	210.6	449.8	7.79	570.1	11.62	26.54	151.23	.72	5.39	51.8	10.69	4.86	.03
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд )</b>																					
тк ,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	80	20	2	4.14	4.14	62.4	13.6	11.2	20	.34	-	-	-	-	.02	-	5.6	-	.06	-
тк 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	-
тк22 (сотр)	Рыба жареная "Горбуша"	100	92.66	15.5	13.5	28.4	215	17.6	26.1	174	.52	278	44	39	378	.14	.12	.03	1.8	-	.01
тк 72 (сен),	Картофель отварной. с маслом растит.	150	20.4	3	7.65	23.85	181.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	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	-	-	.	-
тк 468	Компот из компотной смеси	200	21	.	.	19.9	103	8	4	6	.	25	.	-	.	.02	-	2	1	.	-
	Итого		216.06	31.8	33.76	124.87	827.25	109.2	136.95	302.85	3.97	528.8	48.8	42.11	397.51	.32	.17	13.8	7.64	1.28	.01
	Всего за день		366.06	50.82	48.05	199.37	1363.35	176.35	347.55	752.65	11.76	1098.9	60.42	68.65	548.74	1.04	5.56	65.6	18.33	6.14	.04

Заведующий  
столовой

(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025