

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: 2

**МЕНЮ**  
 15 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 ( завтрак 1-4 классы )</b>           |  |               |               |                 |              |              |                   |                      |              |               |             |               |              |              |              |            |             |               |              |              |             |
| ттк546   | Помидор свежий (порционно)                       | 60            | 28            | .55             | -            | 3.8          | 12                | 8.4                  | 12           | 15.6          | .54         | 145           | -            | -            | 10           | .04        | .02         | 15            | -            | .04          | -           |
| ттк151(сен)  | Рагу из говядины                                 | 200           | 123           | 18.24           | 19.68        | 40.5         | 416.88            | 30.09                | 58           | 298           | 4.3         | 670           | 6.34         | .24          | 55.44        | -          | .12         | 22            | 1.8          | -            | -           |
| ттк459   | Напиток "Здоровье"                               | 200           | 7.5           | -               | -            | 22           | 77                | 10                   | 6            | 9             | 1.1         | 8             | .05          | .04          | .52          | .01        | -           | 70            | -            | -            | -           |
| ттк243-  | Хлеб северный (с ламинариями).                   | 40            | 7.5           | 1.16            | .23          | 16.4         | 65.6              | .07                  | 39           | 11            | -           | 23            | -            | 1.5          | -            | .04        | -           | -             | -            | -            | -           |
|  | <b>Итого</b>                                     |               | <b>166</b>    | <b>20.35</b>    | <b>20.11</b> | <b>82.7</b>  | <b>571.48</b>     | <b>48.56</b>         | <b>115</b>   | <b>333.6</b>  | <b>6.84</b> | <b>846</b>    | <b>7.29</b>  | <b>1.98</b>  | <b>65.96</b> | <b>.29</b> | <b>.14</b>  | <b>1.8</b>    | <b>107</b>   | <b>.34</b>   | <b>0</b>    |
| <b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( доп.инф. 2 смена )</b> |  |               |               |                 |              |              |                   |                      |              |               |             |               |              |              |              |            |             |               |              |              |             |
| ттк 185  | Салат "Нежность"                                 | 60            | 32            | 2.28            | 4.36         | 10.5         | 55                | 19.2                 | 19.8         | 33.6          | -           | 73.9          | 3.26         | 4.11         | 15.48        | .03        | .06         | 3             | .91          | 2.34         | .31         |
| ттк 256  | Уха деликатесная с горбушей                      | 250           | 36            | 6.56            | 5.19         | 23.2         | 146               | 227                  | 177.2        | 241.7         | -           | -             | -            | -            | -            | .24        | -           | -             | -            | 22.29        | -           |
| тк 202,  | Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным | 230           | 150           | 13.5            | 17.6         | 45           | 405               | 36.2                 | 25.3         | 194.35        | 2.27        | 224.25        | 5.37         | 3.11         | 51.75        | .36        | .15         | 2.38          | 136.85       | -            | .75         |
| тк 14  | Компот из свежих яблок                           | 200           | 20            | -               | -            | 17.9         | 105               | 7                    | 4            | 4             | 1           | 57.5          | .44          | .07          | .14          | .01        | .01         | 2             | 1.5          | -            | -           |
| -  | хлеб "Пшеничный" йодированный                    | 25            | 5             | 1.98            | -            | 12.2         | 58.8              | .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         | -             | -            | -            | -           |
|  | <b>Итого</b>                                     |               | <b>248</b>    | <b>26.67</b>    | <b>27.91</b> | <b>121.1</b> | <b>826.66</b>     | <b>296.68</b>        | <b>263.8</b> | <b>485.4</b>  | <b>4.83</b> | <b>401.95</b> | <b>34.87</b> | <b>10.29</b> | <b>74.63</b> | <b>.96</b> | <b>5.23</b> | <b>139.26</b> | <b>7.39</b>  | <b>25.01</b> | <b>1.06</b> |
| <b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы )</b>         |  |               |               |                 |              |              |                   |                      |              |               |             |               |              |              |              |            |             |               |              |              |             |
| ттк524   | Икра кабачковая (пром.)                          | 60            | 16            | .72             | 2.82         | 4.62         | 46.8              | 19.2                 | 7.8          | 18            | .48         | 211.2         | -            | -            | -            | .02        | .02         | 5.76          | -            | 1.26         | -           |
| ттк424   | Макаронные изделия отварные с сыром              | 180           | 55            | 13.8            | 18.29        | 43.03        | 340.61            | 177.36               | 38.64        | 186.84        | .54         | 22.92         | -            | 3.48         | .17          | .08        | .07         | .01           | 1.87         | .96          | -           |
| ттк459   | Напиток "Здоровье"                               | 200           | 7.5           | -               | -            | 22           | 77                | 10                   | 6            | 9             | 1.1         | 8             | .05          | .04          | .52          | .01        | -           | 70            | -            | -            | -           |
| ТТК 243  | Хлеб северный (с ламинариями)                    | 25            | 4.5           | 1.16            | .23          | 10.25        | 41                | 7.25                 | 37.5         | 11.75         | .95         | 23            | 25           | 1.5          | 3.63         | .04        | .01         | -             | -            | -            | -           |
|  | <b>Итого</b>                                     |               | <b>83</b>     | <b>16.08</b>    | <b>21.44</b> | <b>79.9</b>  | <b>505.41</b>     | <b>213.81</b>        | <b>89.94</b> | <b>225.59</b> | <b>3.07</b> | <b>265.12</b> | <b>25.05</b> | <b>5.02</b>  | <b>4.32</b>  | <b>.15</b> | <b>-</b>    | <b>1.87</b>   | <b>75.77</b> | <b>2.52</b>  | <b>-</b>    |

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

(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: 1  
 День: 2

**МЕНЮ**

15 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 |
| 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>  |  |               |               |                 |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |             |            |               |               |             |            |    |
| ттк546  | Помидор свежий (порционно)                       | 60            | 28            | .55             | -            | 3.8           | 12                | 8.4                  | 12            | 15.6          | .54          | 145           | -            | -            | 10            | .04         | .02        | 15            | -             | .04         | -          |    |
| ттк151(сен)   | Рагу из говядины                                 | 200           | 123           | 19.24           | 20.68        | 40.5          | 416.88            | 30.09                | 58            | 298           | 4.3          | 670           | 6.34         | .24          | 55.44         | -           | .12        | 22            | 1.8           | -           | -          |    |
| ттк459  | Напиток "Здоровье"                               | 200           | 7.5           | -               | -            | 22            | 77                | 10                   | 6             | 9             | 1.1          | 8             | .05          | .04          | .52           | .01         | -          | 70            | -             | -           | -          |    |
| ТТК 243   | Хлеб северный (с ламинариями)                    | 40            | 7.5           | 1.16            | .23          | 16.4          | 65.6              | 11.6                 | 60            | 18.8          | 1.52         | 36.8          | -            | 2.4          | 5.81          | .06         | .02        | -             | -             | -           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>                                     |               | <b>166</b>    | <b>21.35</b>    | <b>21.11</b> | <b>82.7</b>   | <b>571.48</b>     | <b>60.09</b>         | <b>136</b>    | <b>341.4</b>  | <b>7.46</b>  | <b>859.8</b>  | <b>7.59</b>  | <b>2.88</b>  | <b>71.77</b>  | <b>.31</b>  | <b>.16</b> | <b>1.8</b>    | <b>107</b>    | <b>.34</b>  | <b>0</b>   |    |
| <b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>     |  |               |               |                 |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |             |            |               |               |             |            |    |
| ттк 185   | Салат "Нежность"                                 | 60            | 20.26         | 2.28            | 4.86         | 9.5           | 70.8              | 19.2                 | 19.8          | 33.6          | -            | 73.9          | 3.26         | 4.11         | 15.48         | .03         | .06        | 3             | .91           | 2.34        | .31        |    |
| ттк256(сен.)  | Уха деликатесная (горб.) рыба                    | 250/20        | 46            | 7.34            | 4.72         | 23.21         | 122               | 226                  | 177           | 241           | 1.37         | 227.11        | 14.6         | 12.6         | 122.7         | .24         | .06        | 22            | 26            | .97         | -          |    |
| тк 202,   | Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным | 180/20/10     | 100           | 12.5            | 15.6         | 43            | 436               | 28.33                | 19.8          | 152.1         | 1.77         | 175.5         | 4.2          | 2.43         | 40.5          | .28         | .12        | 1.86          | 107.1         | -           | .59        |    |
| -   | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)            | 25/25         | 9             | 3.8             | -            | 25            | 123               | 13.5                 | 66            | 17.25         | 1.08         | 81.8          | 3.9          | 3.1          | 14            | .08         | .03        | -             | -             | -           | -          |    |
| тк 14   | Компот из свежих яблок                           | 200           | 17.8          | -               | -            | 17.9          | 105               | 7                    | 4             | 4             | 1            | 57.5          | .44          | .07          | .14           | .01         | .01        | 2             | 1.5           | -           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>                                     |               | <b>193.06</b> | <b>26.12</b>    | <b>25.88</b> | <b>118.61</b> | <b>856.8</b>      | <b>294.03</b>        | <b>286.6</b>  | <b>447.95</b> | <b>5.82</b>  | <b>515.81</b> | <b>26.4</b>  | <b>22.31</b> | <b>192.82</b> | <b>.64</b>  | <b>.28</b> | <b>135.51</b> | <b>28.86</b>  | <b>4.21</b> | <b>-</b>   |    |
|   | <b>Всего за день</b>                             |               | <b>359.06</b> | <b>47.47</b>    | <b>46.99</b> | <b>201.31</b> | <b>1428.28</b>    | <b>354.12</b>        | <b>422.6</b>  | <b>789.35</b> | <b>13.28</b> | <b>475.6</b>  | <b>33.99</b> | <b>25.19</b> | <b>264.59</b> | <b>.95</b>  | <b>.44</b> | <b>137.31</b> | <b>135.86</b> | <b>4.55</b> | <b>-</b>   |    |
| <b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b> |  |               |               |                 |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |             |            |               |               |             |            |    |
| ттк546  | Помидор свежий (порционно)                       | 60            | 24.48         | .55             | -            | 3.8           | 12                | 8.4                  | 12            | 15.6          | .54          | 145           | -            | -            | 10            | .04         | .02        | 15            | -             | .04         | -          |    |
| ттк151(сен)   | Рагу из говядины                                 | 225           | 125           | 21.65           | 22.3         | 45.56         | 475               | 33.85                | 65.25         | 335.25        | 4.84         | 753.75        | 7.13         | .27          | 62.37         | .23         | .14        | 24.75         | 2.03          | -           | -          |    |
| ттк459  | Напиток "Здоровье"                               | 200           | 7.5           | -               | -            | 22            | 77                | 10                   | 6             | 9             | 1.1          | 8             | .05          | .04          | .52           | .01         | -          | 70            | -             | -           | -          |    |
| ТТК 243   | Хлеб северный (с ламинариями)                    | 40            | 7.5           | 1.86            | .37          | 16.4          | 65.6              | 11.6                 | 60            | 18.8          | 1.52         | 36.8          | -            | 2.4          | 5.81          | .06         | .02        | -             | -             | -           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>                                     |               | <b>164.48</b> | <b>24.46</b>    | <b>22.87</b> | <b>87.76</b>  | <b>629.6</b>      | <b>63.85</b>         | <b>143.25</b> | <b>378.65</b> | <b>8</b>     | <b>943.55</b> | <b>8.38</b>  | <b>2.91</b>  | <b>78.7</b>   | <b>.34</b>  | <b>.18</b> | <b>2.03</b>   | <b>109.75</b> | <b>.34</b>  | <b>0</b>   |    |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>    |  |               |               |                 |              |               |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |             |            |               |               |             |            |    |
| ттк 185   | Салат "Нежность"                                 | 60            | 20.26         | 2.28            | 4.86         | 10.5          | 72.8              | 19.2                 | 19.8          | 33.6          | -            | 73.9          | 3.26         | 4.11         | 15.48         | .03         | .06        | 3             | .91           | 2.34        | .31        |    |
| ттк256(сен.)  | Уха деликатесная (горб.) рыба                    | 250/20        | 46            | 7.34            | 4.72         | 23.21         | 122               | 226                  | 177           | 241           | 1.37         | 227.11        | 14.6         | 12.6         | 122.7         | .24         | .06        | 22            | 26            | .97         | -          |    |
| тк 202,   | Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным | 200/20/10     | 110           | 13.5            | 17.6         | 45            | 465               | 31.48                | 22            | 169           | 1.97         | 195           | 4.67         | 2.7          | 45            | .31         | .13        | 2.07          | 119           | -           | .65        |    |
| -   | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)            | 25/25         | 9             | 3.8             | -            | 25            | 123               | 13.5                 | 66            | 17.25         | 1.08         | 81.8          | 3.9          | 3.1          | 14            | .08         | .03        | -             | -             | -           | -          |    |
| тк 14   | Компот из свежих яблок                           | 200           | 17.8          | -               | -            | 17.9          | 105               | 7                    | 4             | 4             | 1            | 57.5          | .44          | .07          | .14           | .01         | .01        | 2             | 1.5           | -           | -          |    |
|   | <b>Итого</b>                                     |               | <b>203.06</b> | <b>27.12</b>    | <b>27.88</b> | <b>121.61</b> | <b>887.8</b>      | <b>297.18</b>        | <b>288.8</b>  | <b>464.85</b> | <b>6.02</b>  | <b>535.31</b> | <b>26.87</b> | <b>22.58</b> | <b>197.32</b> | <b>.67</b>  | <b>.29</b> | <b>147.41</b> | <b>29.07</b>  | <b>4.21</b> | <b>.96</b> |    |
|   | <b>Всего за день</b>                             |               | <b>367.54</b> | <b>51.58</b>    | <b>50.75</b> | <b>209.37</b> | <b>1517.4</b>     | <b>361.03</b>        | <b>432.05</b> | <b>843.5</b>  | <b>14.02</b> | <b>578.8</b>  | <b>35.25</b> | <b>25.49</b> | <b>276.02</b> | <b>1.01</b> | <b>.47</b> | <b>149.44</b> | <b>138.82</b> | <b>4.55</b> | <b>.96</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

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: 2

## МЕНЮ

15 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         |
| <b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд )</b> |  |               |               |                 |              |               |                   |                      |               |               |             |               |              |              |               |            |            |               |               |             |            |
| ттк546  | Помидор свежий (порционно)               | 60            | 24.48         | .55             | -            | 3.8           | 12                | 8.4                  | 12            | 15.6          | .54         | 145           | -            | -            | 10            | .04        | .02        | 15            | -             | .04         | -          |
| ттк151(сен)   | Рагу из говядины                         | 225           | 125           | 21.65           | 22.3         | 45.56         | 475               | 33.85                | 65.25         | 335.25        | 4.84        | 753.75        | 7.13         | .27          | 62.37         | .23        | .14        | 24.75         | 2.03          | -           | -          |
| ттк459  | Напиток "Здоровье"                       | 200           | 7.5           | -               | -            | 22            | 77                | 10                   | 6             | 9             | 1.1         | 8             | .05          | .04          | .52           | .01        | -          | 70            | -             | -           | -          |
| ТТК 243   | Хлеб северный (с ламинариями)            | 40            | 7.5           | 1.86            | .37          | 16.4          | 65.6              | 11.6                 | 60            | 18.8          | 1.52        | 36.8          | -            | 2.4          | 5.81          | .06        | .02        | -             | -             | -           | -          |
|   | <b>Итого</b>                             |               | <b>164.48</b> | <b>24.46</b>    | <b>22.87</b> | <b>87.76</b>  | <b>629.6</b>      | <b>63.85</b>         | <b>143.25</b> | <b>378.65</b> | <b>8</b>    | <b>943.55</b> | <b>8.38</b>  | <b>2.91</b>  | <b>78.7</b>   | <b>.34</b> | <b>.18</b> | <b>2.03</b>   | <b>109.75</b> | <b>.34</b>  | <b>0</b>   |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд )</b>    |  |               |               |                 |              |               |                   |                      |               |               |             |               |              |              |               |            |            |               |               |             |            |
| ттк 522   | Салат из моркови припущенной и яблок.    | 100           | 20            | 4.62            | 9.5          | 12.9          | 129               | 13                   | 15            | 140           | .18         | 70            | 1.7          | 10.5         | 61            | .02        | -          | 8             | 1150          | -           | -          |
| ттк256(сен.)  | Уха деликатесная (горб.) рыба            | 250/20        | 46            | 7.34            | 4.72         | 23.21         | 122               | 226                  | 177           | 241           | 1.37        | 227.11        | 14.6         | 12.6         | 122.7         | .24        | .06        | 22            | 26            | .97         | -          |
| -   | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)    | 25/25         | 9             | 3.8             | -            | 25            | 123               | 13.5                 | 66            | 17.25         | 1.08        | 81.8          | 3.9          | 3.1          | 14            | .08        | .03        | -             | -             | -           | -          |
| тк ,202,  | Пельмени отварные (п/ф) с маслом растит. | 200/10        | 110           | 13.5            | 17.6         | 45            | 465               | 31.48                | 22            | 169           | 1.97        | 195           | 4.67         | 2.7          | 45            | .31        | .13        | 2.07          | 119           | -           | .65        |
| тк 14   | Компот из свежих яблок                   | 200           | 17.8          | -               | -            | 17.9          | 105               | 7                    | 4             | 4             | 1           | 57.5          | .44          | .07          | .14           | .01        | .01        | 2             | 1.5           | -           | -          |
|   | <b>Итого</b>                             |               | <b>202.8</b>  | <b>29.46</b>    | <b>32.52</b> | <b>124.0</b>  | <b>944</b>        | <b>290.98</b>        | <b>284</b>    | <b>571.25</b> | <b>5.6</b>  | <b>631.41</b> | <b>25.31</b> | <b>28.97</b> | <b>242.84</b> | <b>.66</b> | <b>.73</b> | <b>1296.5</b> | <b>34.07</b>  | <b>1.87</b> | <b>.65</b> |
|   | <b>Всего за день</b>                     |               | <b>367.28</b> | <b>53.92</b>    | <b>55.39</b> | <b>211.77</b> | <b>1573.6</b>     | <b>354.83</b>        | <b>427.25</b> | <b>949.9</b>  | <b>13.6</b> | <b>1574.9</b> | <b>33.69</b> | <b>31.88</b> | <b>321.54</b> | <b>1</b>   | <b>.91</b> | <b>298.5</b>  | <b>143.82</b> | <b>2.21</b> | <b>.65</b> |

Заведующий  
 столовой

(должность)

(подпись)

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

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: 1  
 День: 2

**МЕНЮ**

15 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. с диагнозом "сахарный диабет" )</b> |                                   |               |               |                 |              |              |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |            |            |              |            |             |            |    |
| тк546  | Помидор свежий (порционно)        | 60            | 24.48         | .55             | -            | 3.8          | 12                | 8.4                  | 12            | 15.6          | .54          | 145           | -            | -            | 10            | .04        | .02        | 15           | -          | .04         | -          |    |
| тк151(сен)   | Рагу из говядины                  | 200           | 123           | 19.24           | 20.68        | 40.5         | 416.88            | 30.09                | 58            | 298           | 4.3          | 670           | 6.34         | .24          | 55.44         | -          | .12        | 22           | 1.8        | -           | -          |    |
| тк459,   | Напиток "Здоровье" без сахара     | 200           | 7.5           | -               | .05          | 2.5          | 12.25             | 4.2                  | 1.19          | 1.19          | .21          | -             | -            | -            | -             | -          | -          | 70           | -          | .27         | -          |    |
| ТТК 243  | Хлеб северный (с ламинариями)     | 40            | 7.5           | 1.86            | .37          | 16.4         | 65.6              | 11.6                 | 60            | 18.8          | 1.52         | 36.8          | -            | 2.4          | 5.81          | .06        | .02        | -            | -          | -           | -          |    |
|  | <b>Итого</b>                      |               | <b>162.48</b> | <b>22.05</b>    | <b>21.2</b>  | <b>63.2</b>  | <b>506.73</b>     | <b>54.29</b>         | <b>131.19</b> | <b>333.56</b> | <b>6.57</b>  | <b>851.8</b>  | <b>7.54</b>  | <b>2.84</b>  | <b>71.25</b>  | <b>-</b>   | <b>.16</b> | <b>1.8</b>   | <b>107</b> | <b>.31</b>  | <b>0</b>   |    |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. с диагнозом "сахарный диабет" )</b>    |                                   |               |               |                 |              |              |                   |                      |               |               |              |               |              |              |               |            |            |              |            |             |            |    |
| тк 185   | Салат "Нежность"                  | 60            | 20.26         | 2.28            | 4.86         | 10.5         | 72.8              | 19.2                 | 19.8          | 33.6          | -            | 73.9          | 3.26         | 4.11         | 15.48         | .03        | .06        | 3            | .91        | 2.34        | .31        |    |
| тк256(сен.)  | Уха деликатесная (горб.) рыба     | 250/20        | 53.14         | 7.34            | 4.72         | 23.21        | 122               | 226                  | 177           | 241           | 1.37         | 227.11        | 14.6         | 12.6         | 122.7         | .24        | .06        | 22           | 26         | .97         | -          |    |
| тк132  | Зразы рубленые с яйцом            | 90            | 73.58         | 11.81           | 15.6         | 19.5         | 265               | 25.2                 | 23            | 245.7         | 1.8          | 227.6         | 5.79         | -            | 60.5          | .07        | .09        | 5            | -          | 1.8         | -          |    |
| 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        | -           | -          |    |
| тк 14,   | Компот из свежих яблок без сахара | 200           | 14            | .16             | .16          | 4.24         | 19.04             | 7                    | 4             | 4             | 1            | 57.5          | .44          | .07          | .14           | .01        | .01        | 2            | 1.5        | -           | -          |    |
| тк243  | 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>196.32</b> | <b>26.79</b>    | <b>31.92</b> | <b>90.5</b>  | <b>769.34</b>     | <b>367.44</b>        | <b>252.8</b>  | <b>583.3</b>  | <b>6.32</b>  | <b>1087.4</b> | <b>29.98</b> | <b>19.52</b> | <b>221.76</b> | <b>.43</b> | <b>.35</b> | <b>29.22</b> | <b>59</b>  | <b>6.49</b> | <b>.31</b> |    |
|  | <b>Всего за день</b>              |               | <b>358.8</b>  | <b>48.84</b>    | <b>53.12</b> | <b>153.7</b> | <b>1276.07</b>    | <b>421.73</b>        | <b>383.99</b> | <b>16.89</b>  | <b>12.89</b> | <b>939.2</b>  | <b>37.52</b> | <b>22.36</b> | <b>293.03</b> | <b>.73</b> | <b>.51</b> | <b>31.02</b> | <b>166</b> | <b>6.8</b>  | <b>.31</b> |    |

Заведующий  
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2478

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: 1  
 День: 2

**МЕНЮ**

15 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   |
| 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>     |  |               |               |                 |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |     |        |        |      |     |
| ттк185   | Салат "Нежность"                                 | 60            | 20.26         | 2.28            | 4.86  | 9.5    | 70.8              | 19.2                 | 19.8   | 33.6   | -     | 73.9   | 3.26  | 4.11  | 15.48  | .03      | .06 | 3      | .91    | 2.34 | .31 |
| ттк256(сен.)   | Уха деликатесная (горб.) рыба                    | 250/20        | 46            | 7.34            | 4.72  | 23.21  | 122               | 226                  | 177    | 241    | 1.37  | 227.11 | 14.6  | 12.6  | 122.7  | .24      | .06 | 22     | 26     | .97  | -   |
| тк 202,  | Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным | 180/20/10     | 100           | 12.5            | 15.6  | 43     | 436               | 28.33                | 19.8   | 152.1  | 1.77  | 175.5  | 4.2   | 2.43  | 40.5   | .28      | .12 | 1.86   | 107.1  | -    | .59 |
| -  | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)            | 25/25         | 9             | 3.8             | -     | 25     | 123               | 13.5                 | 66     | 17.25  | 1.08  | 81.8   | 3.9   | 3.1   | 14     | .08      | .03 | -      | -      | -    | -   |
| тк 14  | Компот из свежих яблок                           | 200           | 17.8          | -               | -     | 17.9   | 105               | 7                    | 4      | 4      | 1     | 57.5   | .44   | .07   | .14    | .01      | .01 | 2      | 1.5    | -    | -   |
|  | Итого  |               | 193.06        | 26.12           | 25.88 | 118.61 | 856.8             | 294.03               | 286.6  | 447.95 | 5.82  | 515.81 | 26.4  | 22.31 | 192.82 | .64      | .28 | 135.51 | 28.86  | 4.21 | -   |
| <b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>  |  |               |               |                 |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |     |        |        |      |     |
| ттк546   | Помидор свежий (порционно)                       | 60            | 28            | .55             | -     | 3.8    | 12                | 8.4                  | 12     | 15.6   | .54   | 145    | -     | -     | 10     | .04      | .02 | 15     | -      | .04  | -   |
| ттк151(сен)  | Рагу из говядины                                 | 200           | 123           | 19.24           | 20.68 | 40.5   | 416.88            | 30.09                | 58     | 298    | 4.3   | 670    | 6.34  | .24   | 55.44  | -        | .12 | 22     | 1.8    | -    | -   |
| ттк459   | Напиток "Здоровье"                               | 200           | 7.5           | -               | -     | 22     | 77                | 10                   | 6      | 9      | 1.1   | 8      | .05   | .04   | .52    | .01      | -   | 70     | -      | -    | -   |
| ТТК 243  | Хлеб северный (с ламинариями)                    | 40            | 7.5           | 1.16            | .23   | 16.4   | 65.6              | 11.6                 | 60     | 18.8   | 1.52  | 36.8   | -     | 2.4   | 5.81   | .06      | .02 | -      | -      | -    | -   |
|  | Итого  |               | 166           | 21.35           | 21.11 | 82.7   | 571.48            | 60.09                | 136    | 341.4  | 7.46  | 859.8  | 7.59  | 2.88  | 71.77  | .31      | .16 | 1.8    | 107    | .34  | 0   |
|  | Всего за день                                    |               | 359.06        | 47.47           | 46.99 | 201.31 | 1428.28           | 354.12               | 422.6  | 789.35 | 13.28 | 475.6  | 33.99 | 25.19 | 264.59 | .95      | .44 | 137.31 | 135.86 | 4.55 | -   |
| <b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>    |  |               |               |                 |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |     |        |        |      |     |
| ттк185   | Салат "Нежность"                                 | 60            | 20.26         | 2.28            | 4.86  | 10.5   | 72.8              | 19.2                 | 19.8   | 33.6   | -     | 73.9   | 3.26  | 4.11  | 15.48  | .03      | .06 | 3      | .91    | 2.34 | .31 |
| ттк256(сен.)   | Уха деликатесная (горб.) рыба                    | 250/20        | 46            | 7.34            | 4.72  | 23.21  | 122               | 226                  | 177    | 241    | 1.37  | 227.11 | 14.6  | 12.6  | 122.7  | .24      | .06 | 22     | 26     | .97  | -   |
| тк 202,  | Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным | 200/20/10     | 110           | 13.5            | 17.6  | 45     | 465               | 31.48                | 22     | 169    | 1.97  | 195    | 4.67  | 2.7   | 45     | .31      | .13 | 2.07   | 119    | -    | .65 |
| -  | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)            | 25/25         | 9             | 3.8             | -     | 25     | 123               | 13.5                 | 66     | 17.25  | 1.08  | 81.8   | 3.9   | 3.1   | 14     | .08      | .03 | -      | -      | -    | -   |
| тк 14  | Компот из свежих яблок                           | 200           | 17.8          | -               | -     | 17.9   | 105               | 7                    | 4      | 4      | 1     | 57.5   | .44   | .07   | .14    | .01      | .01 | 2      | 1.5    | -    | -   |
|  | Итого  |               | 203.06        | 27.12           | 27.88 | 121.61 | 887.8             | 297.18               | 288.8  | 464.85 | 6.02  | 535.31 | 26.87 | 22.58 | 197.32 | .67      | .29 | 147.41 | 29.07  | 4.21 | .96 |
| <b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b> |  |               |               |                 |       |        |                   |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |     |        |        |      |     |
| ттк546   | Помидор свежий (порционно)                       | 60            | 24.48         | .55             | -     | 3.8    | 12                | 8.4                  | 12     | 15.6   | .54   | 145    | -     | -     | 10     | .04      | .02 | 15     | -      | .04  | -   |
| ттк151(сен)  | Рагу из говядины                                 | 225           | 125           | 21.65           | 22.3  | 45.56  | 475               | 33.85                | 65.25  | 335.25 | 4.84  | 753.75 | 7.13  | .27   | 62.37  | .23      | .14 | 24.75  | 2.03   | -    | -   |
| ттк459   | Напиток "Здоровье"                               | 200           | 7.5           | -               | -     | 22     | 77                | 10                   | 6      | 9      | 1.1   | 8      | .05   | .04   | .52    | .01      | -   | 70     | -      | -    | -   |
| ТТК 243  | Хлеб северный (с ламинариями)                    | 40            | 7.5           | 1.86            | .37   | 16.4   | 65.6              | 11.6                 | 60     | 18.8   | 1.52  | 36.8   | -     | 2.4   | 5.81   | .06      | .02 | -      | -      | -    | -   |
|  | Итого  |               | 164.48        | 24.46           | 22.87 | 87.76  | 629.6             | 63.85                | 143.25 | 378.65 | 8     | 943.55 | 8.38  | 2.91  | 78.7   | .34      | .18 | 2.03   | 109.75 | .34  | 0   |
|  | Всего за день                                    |               | 367.54        | 51.58           | 50.75 | 209.37 | 1517.4            | 361.03               | 432.05 | 843.5  | 14.02 | 578.8  | 35.25 | 25.49 | 276.02 | 1.01     | .47 | 149.44 | 138.82 | 4.55 | .96 |

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