

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

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
В.Ю. Лыкова
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫ
Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1
День: 4

МЕНЮ
19 Сентября 2024г.

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества										Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D		
								мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (завтрак 1-4 классы)																							
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		
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (доп.инф. аллергия на птицу+яйца)																							
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	-		
ттк №142/1	Сосиска отварная(говяжья)	100	80	11.4	12.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
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	21.42	21	94.53	705	292.5	210	750	13.16	729.7	15.45	8.48	49.42	.	.	24.2	9.2	4.95	0		
Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) (обед 1-4 классы)																							
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	-		
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 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	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ттк 468	Компот из компотной смеси	200	31	.	.	27.7	113	8	4	6	.	25	.	-	.02	-	-	2	1	.	-		
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	2.98	.	13.2	60.5	.03	-	-	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-		
ТТК 243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	5	1.16	.23	12.25	55	7.25	37.5	11.75	.95	23	25	1.5	3.63	.04	.01	-	-	-	-		
	Итого		248	26.2	28.84	113.05	786.56	164.95	128.55	365.35	6.34	886.3	31.1	3.25	39.17	.65	5.09	12.04	11.22	.95	.06		
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																							
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: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973B9EB10E9871E4211

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

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

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 В.Ю. Лыкова
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫ
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1
 День: 4

МЕНЮ
 19 Сентября 2024г.
 Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (ккалори)	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)																					
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	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	.	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	.	.
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	.	13.2	58.5	.03	.	.	.01	23.3	.	1.5	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	.
	Итого		156	21.14	19	94.78	584.5	214.02	188.2	510.6	6.86	860.5	19.2	25.98	154.55	.63	5.51	62.9	11.6	9.45	.03
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	22	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	.2501	.	4.2	.	.05	.
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
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 №142/1	Сосиска отварная(говяжья)	50	50	5.7	6.1	10	133	18	10	81	1	10005
-	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/111/	Компот из смородины	200	31	.	.	14.9	85	4	4	3	.	145	.44	.46	7.4	.	.01	4	5.2	.	.
	Итого		198	21.04	23.11	96.88	662.15	149.2	147.05	286.85	5.46	941.8	9.54	3.81	52.61	.44	.12	16.24	13.21	1.37	.06
	Всего за день		354	42.18	42.11	191.66	1246.65	363.22	335.25	797.45	12.32	1602.3	28.74	29.79	207.16	1.07	5.63	79.14	24.81	10.82	.09
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
-	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	.	.
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	.	13.2	58.5	.03	.	.	.01	23.3	.	1.5	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	.
	Итого		172	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
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
ТТК .207	Салат из зеленого горошка с зеленью	80	20	2	4.14	4.14	62.4	13.6	11.2	20	.3402	.	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 №142/1	Сосиска отварная(говяжья)	50	40	5.7	6.1	10	133	18	10	81	1	10005
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/111/	Компот из смородины	200	25	.	.	14.9	85	4	4	3	.	145	.44	.46	7.4	.	.01	4	5.2	.	.
	Итого		182	22.78	26.81	103.9	741.95	152.6	149.82	291.85	5.55	941.8	9.54	3.81	52.61	.45	.12	18	14.61	1.18	.06
	Всего за день		354	43.1	42.4	190.8	1344.05	375.75	363.45	778.65	13.34	1679.9	30.16	32.35	223.84	1.19	5.66	93.6	26.3	6.04	.09

Заведующий
 столовой
 (должность)

О.В. Илюшкина
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B7E
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

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

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"
 В.Ю. Лыкова

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

Неделя: 1
 День: 4

МЕНЮ
 19 Сентября 2024г.
 Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			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)																						
ТК.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	-	
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 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 №142/1	Сосиска отварная(говяжья)	50	50	5.7	6.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	.05	-	-	-	-	-	
-	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/111/1	Компот из смородины	200	31	-	-	14.9	85	4	4	3	-	145	.44	.46	7.4	-	.01	4	5.2	-	-	
	Итого		198	21.04	23.11	96.88	662.15	149.2	147.05	286.85	5.46	941.8	9.54	3.81	52.61	.44	.12	16.24	13.21	1.37	.06	
Полдник - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																						
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	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	
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	-	-	
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	6	1.98	-	13.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	-	1.5	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	-	
	Итого		156	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	
	Всего за день		354	42.18	42.11	191.66	1246.65	363.22	335.25	797.45	12.32	1602.3	28.74	29.79	207.16	1.07	5.63	79.14	24.81	10.82	.09	
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																						
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	-	
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 №142/1	Сосиска отварная(говяжья)	50	40	5.7	6.1	10	133	18	10	81	1	100	-	-	-	.05	-	-	-	-	-	
ТК 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	-	-	-	-	
ТК/111/1	Компот из смородины	200	25	-	-	14.9	85	4	4	3	-	145	.44	.46	7.4	-	.01	4	5.2	-	-	
	Итого		182	22.78	26.81	103.9	741.95	152.6	149.85	291.85	5.55	941.8	9.54	3.81	52.61	.45	.12	18	14.61	1.18	.06	
Полдник - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																						
-	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	-	-	
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	-	13.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	-	1.5	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	-	
	Итого		172	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	
	Всего за день		354	43.1	42.4	190.8	1344.05	375.75	363.45	778.65	13.34	1679.9	30.16	32.35	223.84	1.19	5.66	93.6	26.3	6.04	.09	

Заведующий
 столовой
 (должность)

О.В. Илюшкина
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B7E1E4211
 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: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 1
День: 4

МЕНЮ

19 Сентября 2024г.

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			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
Завтрак - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия мол.изд)																					
тк 546.	Огурец свежий (порционно).	60	24.48	.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	14.82	4.59	6.92	25.88	214	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	-
тк 117	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	68.28	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
тк38	Мандарины	100	60	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	-
тк10.	Чай с сахаром	200	3	.	.	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Итого		170.58	16.86	17.42	66.43	446.5	125.95	211.2	419.6	7.1	785.2	12	21.68	156.92	.37	.34	55.1	48.59	8.59	.03
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия мол.изд)																					
тк ,207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	20	1.5	3.1	3.1	46.8	10.2	8.4	15	.25	-	-	-	-	.01	-	4.2	-	.05	-
тк7. (сент)	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом	250/15	47.54	7.07	7.82	12.1	150	56.5	85.6	29	1.4	-	-	-	-	.06	-	11	.22	.28	-
тк1а	Гуляш из говядины	100	97.6	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	.04	.12	1	.01	2.2	-
тк 72 (январь)	Картофель отварной	150	25.18	3	7.65	23.85	181.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк/111/	Компот из смородины	200	31	.	.	14.9	85	4	4	3	.	145	.44	46	7.4	.	.01	4	5.2	.	-
	Итого		221.32	27.17	32.57	67.05	668.3	84.7	118	197	4.25	415	6.78	.46	62.84	.21	.13	5.43	20.2	2.63	0
	Всего за день		391.9	44.03	49.99	133.48	1114.8	210.65	329.2	616.6	11.35	1200.2	18.78	22.14	219.76	.58	.47	60.53	68.79	11.22	.03

Заведующий
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2475

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

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
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
19 Сентября 2024г.

Диета-сах.диабет-Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D	
																						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 (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																						
ткк 546.	Огурец свежий (порционно).	60	28.16	1.3	.06	1.9	12	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	234.52	23	126	211	3.4	165	1.45	2.5	10.12	.	.08	1	.	4.9	.	
ткк 117.	Котлета рубленая из птицы (филе)	90	75	11.7	10.8	18	162	20.43	5.04	25.56	.27	157.5	3.6	8.55	87.57	.07	.11	2.17	48.6	.	.	
тк38	Мандарины	100	32.08	.	.	7.5	38	68	26	46	.	394	4	1	34	.08	.06	38	16	.	.	
ткк 28.	Кофейный напиток (быстрорастворимый) без сахара	200	25	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	.	
	Итого		187.24	21.27	20.24	71.65	555.02	303.97	19.04	12.06	5.07	1046.3	21.25	16.03	169.88	.46	.51	66.35	49.37	36.33	0	
Обед - Льготники 1-4 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																						
тк 207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	20	1.5	3.1	3.1	46	10.2	8.4	15	2501	.	.	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	41.06	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	
тк72. (сент).	Картофель отварной .	150	25.16	2.9	4.7	19.8	131	21	30	79	1.2	471	4.4	.24	26.4	.15	.05	21	.04	.	.65	
тк/ /111 без сах.	Компот из смородины без сахара	200	29.6	.	.	8.5	34	4	4	3	.	96.6	.	7.9	.	.01	.	4	.	.	.	
	Итого		167.82	22.97	33.92	63.5	627	127.7	92.05	344.6	4.88	911.6	6.1	8.15	32.11	.33	.07	15.24	25.01	.42	.65	
	Всего за день		355.06	44.24	54.16	135.15	1182.02	431.67	111.08	156.66	9.95	1958.1	27.35	24.18	202	.79	.58	81.59	74.38	36.75	.65	
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																						
.	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	.	.	.	
тк38	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	.	
	Итого		182.16	26.66	22.79	86.98	599.95	308.94	336.8	368.5	5.72	1097.6	21.94	17.48	181.5	.57	.52	78.15	47.43	31.38	0	
Обед - Льготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Льготники), сах.диабет																						
тк 207	Салат из зеленого горошка с зеленью	60	20	1.5	3.1	3.1	46	10.2	8.4	15	2501	.	.	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	41.06	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	
тк72. (сент).	Картофель отварной .	150	25.16	2.9	4.7	19.8	131	21	30	79	1.2	471	4.4	.24	26.4	.15	.05	21	.04	.	.65	
тк/ /111 без сах.	Компот из смородины без сахара	200	29.6	.	.	8.5	34	4	4	3	.	96.6	.	7.9	.	.01	.	4	.	.	.	
	Итого		167.82	22.97	33.92	63.5	627	127.7	92.05	344.6	4.88	911.6	6.1	8.15	32.11	.33	.07	15.24	25.01	.42	.65	
	Всего за день		349.98	49.63	56.71	150.48	1226.95	436.64	428.88	713.1	10.6	2009.2	28.04	25.63	213.61	.	.59	93.39	72.44	31.8	.65	

Заведующий
столовой
(должность)

О.В. Илюшкина
(подпись)
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
(должность)

Корниенко Ирина Ивановна
(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B7D23A3A3A3A3A3A3
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)
Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024