

В.Ю. Лыкова  
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

Неделя: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 21 ноября 2024 г.  
 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
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд +колбаса )</b>																					
ттк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25	-	.08	-
ттк 22/1 (январь)	Птица отварная	100	70	13.7	10	19	215	30	25	50	-	195	3.52	11.2	11440	.06	.12	21	24	-	-
тк 72 (сентябрь)	Картофель отварной. с маслом растит.	150	21.66	3	7.65	23.85	181.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	5	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	-	-	-	-	-	-	-	14.42	-	75	23.5	1.96	-
	<b>Итого</b>		<b>142.66</b>	<b>20.62</b>	<b>18.38</b>	<b>73.62</b>	<b>546.5</b>	<b>49.08</b>	<b>49</b>	<b>84</b>	<b>2.61</b>	<b>436.68</b>	<b>4.2</b>	<b>11.52</b>	<b>1456.68</b>	<b>4.56</b>	<b>.15</b>	<b>47.5</b>	<b>121</b>	<b>2.04</b>	<b>0</b>
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд +колбаса )</b>																					
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	-	-
ттк122	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	74.04	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 82 (март)	Суп крестьянский с крупой с мясом	250/15	41.66	2.6	5.3	14.3	116	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	-
-	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	-	-	-	-
-	Сок с трубочкой	200	44	-	-	25	80.8	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.02	-	4	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>214.7</b>	<b>26.29</b>	<b>37.24</b>	<b>127.7</b>	<b>934.93</b>	<b>91.34</b>	<b>329</b>	<b>683.65</b>	<b>11.22</b>	<b>1042.8</b>	<b>23.6</b>	<b>7.89</b>	<b>100.2</b>	<b>.48</b>	<b>.17</b>	<b>24.25</b>	<b>26.9</b>	<b>5.44</b>	<b>0</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>357.36</b>	<b>46.91</b>	<b>55.62</b>	<b>201.32</b>	<b>1481.43</b>	<b>140.42</b>	<b>378</b>	<b>767.65</b>	<b>13.83</b>	<b>1479.48</b>	<b>27.8</b>	<b>19.41</b>	<b>1556.88</b>	<b>5.04</b>	<b>.32</b>	<b>71.75</b>	<b>147.9</b>	<b>7.48</b>	<b>0</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 (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  
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

Неделя: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 21 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
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. аллергия на пшен. муку+яйца 2 смена )</b>																					
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-
ТТК 82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
ТТК 142	Сосиска отварная	50	39.5	8.83	18.6	5	153	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ТТК 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	35	5.4	5	11	111	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-
ТТК 243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	<b>Итого</b>		<b>177</b>	<b>26.67</b>	<b>39.85</b>	<b>91.84</b>	<b>745.45</b>	<b>317.25</b>	<b>279.2</b>	<b>717.35</b>	<b>6.48</b>	<b>691.2</b>	<b>10.18</b>	<b>5.86</b>	<b>49.14</b>	<b>.45</b>	<b>.18</b>	<b>.33</b>	<b>21.02</b>	<b>20.98</b>	<b>.66</b>
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на пшен. муку+яйца 2 смена )</b>																					
ТТК 546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55	.	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-
ТТК., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	.	.06
ТТК 22/1 (январь)	Птица отварная	100	62.14	13.7	10	19	215	30	25	50	-	195	3.52	11.2	11440	.06	.12	21	24	-	-
ТТК 10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ТТК 243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	<b>Итого</b>		<b>131.14</b>	<b>18.39</b>	<b>15.82</b>	<b>61.45</b>	<b>451.5</b>	<b>97.65</b>	<b>107.5</b>	<b>170.35</b>	<b>3.59</b>	<b>889</b>	<b>9.72</b>	<b>13.44</b>	<b>1484.4</b>	<b>.28</b>	<b>.28</b>	<b>24.05</b>	<b>41</b>	<b>1.22</b>	<b>.06</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>308.14</b>	<b>45.06</b>	<b>55.67</b>	<b>153.29</b>	<b>1196.95</b>	<b>414.9</b>	<b>386.7</b>	<b>887.7</b>	<b>10.07</b>	<b>1580.2</b>	<b>19.9</b>	<b>19.31</b>	<b>1533.54</b>	<b>.73</b>	<b>.46</b>	<b>24.38</b>	<b>62.02</b>	<b>22.2</b>	<b>.72</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

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

Неделя: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 21 Ноября 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	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-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет</b>																						
тк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.	241.67	.67	.33	16.67	.07	.03	25	-	.07	-	
тк403/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	82	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01	
тк72 (январь)	Картофель отварной с зеленью	180/2	40.3	3.48	5.64	28.2	277.2	25.2	36	94.8	1.44	565.2	5.28	.29	31.68	.18	.06	25.2	.05	.24	.78	
-	Печенье галетное	25	11	1.5	.	19	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк10-	Чай без сахара	200	3	.	-	.05	1.47	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк243	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>182.3</b>	<b>20.5</b>	<b>19.79</b>	<b>71.21</b>	<b>593.17</b>	<b>145.08</b>	<b>203.76</b>	<b>146.04</b>	<b>4.83</b>	<b>1005.87</b>	<b>10.05</b>	<b>12.42</b>	<b>113.35</b>	<b>.37</b>	.	<b>44.45</b>	<b>50.56</b>	<b>2.9</b>	<b>.79</b>	
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет</b>																						
тк 11. сен).	Винегрет овощной	100	30	2.4	8.1	6.6	133	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.04	15	.25	-	-	
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	14.3	116	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65	
тк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	25	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01	
тк10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	9	2.76	.	15	78.6	10.8	52.8	13.8	.86	-	-	-	-	.06	-	.01	-	-	-	
-	Кисломолочный напиток кефир	200	33.78	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>184.78</b>	<b>29.26</b>	<b>40.11</b>	<b>101.23</b>	<b>868.75</b>	<b>312</b>	<b>313.1</b>	<b>841.8</b>	<b>8.99</b>	<b>1188.2</b>	<b>27.98</b>	<b>8.16</b>	<b>87.9</b>	<b>.56</b>	<b>.46</b>	<b>1.93</b>	<b>26.43</b>	<b>20</b>	<b>.66</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>367.08</b>	<b>49.76</b>	<b>59.9</b>	<b>172.44</b>	<b>1461.92</b>	<b>457.08</b>	<b>516.86</b>	<b>987.84</b>	<b>13.82</b>	<b>194.07</b>	<b>38.03</b>	<b>20.58</b>	<b>201.25</b>	<b>.93</b>	<b>.66</b>	<b>46.38</b>	<b>76.99</b>	<b>22.9</b>	<b>1.45</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 (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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2  
День: 4

## МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

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
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>																							
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-		
ТТК 82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65		
ТТК 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ТТК 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01		
-	Печенье сахарное 50г.	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-		
-	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	-	-	.	-		
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	35	5.4	5	11	111	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-		
	Итого		209	33.85	42.22	138.57	1026.3	401.5	348.1	898.05	8.73	928	12.68	7.16	55.14	.86	.15	.33	21.02	21.04	.66		
<b>Полдник - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
ТТК 546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55	.	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-		
ТТК, 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	.	.06		
ТТК 403/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	36	44.4	1.61	.01		
ТТК 10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ТТК 243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-		
	Итого		141	17.69	19.02	52.99	429.5	168.42	226.26	137.58	4.73	815	8.9	12.24	101.4	.	.19	44.45	20.36	2.83	.07		
	Всего за день		350	51.54	61.24	191.56	1455.8	569.95	574.36	1356.4	13.46	1743	21.58	19.4	156.54	.96	.34	44.78	41.38	23.87	.73		
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	-	-		
ТТК 82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65		
ТТК 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ТТК №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	-		
-	Печенье сахарное 50г.	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-		
-	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	-	-	.	-		
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	25	5.4	5	11	111	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-		
	Итого		192	33.93	46.71	148.68	1101.13	419.34	391.4	896.45	9.94	1056.5	17.88	6.72	103.4	.72	.17	24.43	32	1.68	.65		
<b>Полдник - Льготники 5-11 классов ( доп.инф. 2 смена )</b>																							
ТТК 546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25	-	.08	-		
ТТК, 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	35	3.05	6.53	24.36	158.4	56.4	34.8	102	1.32	565.2	5.28	.29	31.68	.17	.07	6	.06	.24	.07		
ТТК 403/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	36	44.4	1.61	.01		
ТТК 10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ТТК 243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	-	-	-	-	-	-	-	14.42	-	75	23.5	1.96	-		
	Итого		158	19.97	20.46	65.67	501.4	176.32	202.56	53.24	5.07	927.88	8.66	10.61	105.36	14.75	.13	67.96	106.36	3.89	.08		
	Всего за день		350	53.9	67.17	214.35	1602.53	595.66	593.96	149.69	15.01	984.3	26.54	17.33	208.76	15.47	.	92.39	138.36	5.57	.73		

Заведующий  
столовой  
(должность)

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 (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**

21 ноября 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	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	.19	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	.	.04	.	.		
ТК., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	.	.06		
ТТК403/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
ТК10.	Чай с сахаром	200	5	.	.	10	41	5	4	8	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.		
ТТК243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	.	.	.98	.		
	<b>Итого</b>		<b>141</b>	17.69	19.02	52.99	429.5	168.49	226.26	37.58	4.73	815	8.9	12.24	101.4	.	.19	44.45	20.36	2.83	.07		
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																							
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	.	.		
ТК82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	.	.65		
ТТК 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	.	.	.	.	.	.	.	.	.		
ТК 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	.	.02	.	20	.01		
.	Печенье сахарное 50г.	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	.	.	.	.07	.02	.	.	.24	.		
.	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	.	.	.	.		
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	35	5.4	5	11	111	240	30	196	.	.	.	.	.	.08	.	2	.	.	.		
	<b>Итого</b>		<b>209</b>	33.85	42.22	138.57	1026.3	401.5	348.1	898.05	6.73	928	12.68	7.16	55.14	.66	.15	.33	21.02	21.04	.66		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	51.54	61.24	191.56	1455.8	569.95	574.36	1335.24	13.46	1743	21.58	19.4	156.54	.96	.34	44.78	41.38	23.87	.73		
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																							
ТТК546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25	.	.08	.		
ТК., 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	35	3.05	6.53	24.36	158.4	56.4	34.8	102	1.32	565.2	5.28	.29	31.68	.17	.07	6	.06	.24	.07		
ТТК403/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
ТК10.	Чай с сахаром	200	5	.	.	10	41	5	4	8	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.		
ТТК243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	.	.	.	.	.	.	14.42	.	.	75	23.5	1.96	.		
	<b>Итого</b>		<b>158</b>	19.97	20.46	65.67	501.4	176.32	202.56	53.24	5.07	927.88	8.66	10.61	105.36	14.75	.13	67.96	106.36	3.89	.08		
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																							
ТТК 528 (январь) зам	Винегрет овощной.	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	.	.		
ТК82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	45	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	.	.65		
ТТК 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	42	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	.	.	.	.	.	.	.	.	.		
ТК №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	.		
.	Печенье сахарное 50г.	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	.	.	.	.07	.02	.	.	.24	.		
.	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	.	.	.	.		
ТТК 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	25	5.4	5	11	111	240	30	196	.	.	.	.	.	.08	.	2	.	.	.		
	<b>Итого</b>		<b>192</b>	33.93	46.71	148.68	1101.13	419.34	391.4	996.45	9.94	1056.5	17.88	6.72	103.4	.72	.17	24.43	32	1.68	.65		
	<b>Всего за день</b>		<b>350</b>	53.9	67.17	214.35	1602.53	595.66	593.96	149.69	15.01	1984.3	26.54	17.33	208.76	15.47	.	92.39	138.36	5.57	.73		

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

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 ( )  
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор MAOY "COШ №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: 2  
 День: 4

**МЕНЮ**  
 21 ноября 2024

№ 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>																						
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	28	.55	.	3.8	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-	
тк403/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	72	13	12.9	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01	
тк35	Картофельное пюре,	150	30	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06	
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-	
-	Вафли	50	25	1.88	1.5	25	154	12	10	45	1.05	-	-	-	-	.04	-	-	5	1.75	-	
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	<b>19.57</b>	<b>20.22</b>	<b>79.89</b>	<b>583.5</b>	<b>173.28</b>	<b>198.76</b>	<b>170.84</b>	<b>5.18</b>	<b>737</b>	<b>7.5</b>	<b>10.44</b>	<b>93.4</b>	<b>7.51</b>	<b>.11</b>	<b>61.19</b>	<b>57.86</b>	<b>4.58</b>	<b>.07</b>	
<b>Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на мол. ,курица )</b>																						
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	30.6	.55	.	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-	
тк № 63 (согр)	Биточки паровые	100	85	12	14.56	25	173	5	9	71	1	135	3.17	-	27	.02	.12	-	18	-	.01	
тк72 (январь)	Картофель отварной с зеленью	150/2	23.9	2.9	4.7	23.5	231	21	30	79	1.2	471	4.4	.24	26.4	.15	.05	21	.04	.	.65	
-	Яблоко	100	34	.	.	9.8	47	16	9	11	2.2	278	2	.	8	.03	.02	10	-	.02	-	
тк10-	Чай без сахара	200	3	.	-	.05	1.47	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-	
	<b>Итого</b>		<b>181</b>	<b>17.45</b>	<b>20.04</b>	<b>70.5</b>	<b>515.97</b>	<b>50.44</b>	<b>60</b>	<b>176.6</b>	<b>5.29</b>	<b>1029</b>	<b>9.97</b>	<b>.54</b>	<b>71.4</b>	<b>7.45</b>	<b>.21</b>	<b>29.79</b>	<b>83.5</b>	<b>1.24</b>	<b>.66</b>	
<b>Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) ( доп.инф. 2 смена )</b>																						
ТТК 528 январь зам	Винегрет овощной.	60	25	.84	5.09	6.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-	
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	275	45	2.6	3.3	14.3	116	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65	
тк 142,	Сосиска отварная с соусом томатным	150	105	11.4	11.2	20	205	36	20	162	2	200	-	-	-	.	-	-	-	-	-	
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	5.5	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01	
тк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	35	2.5	2.5	12	85	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-	
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	.	12.25	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	-	-	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>248</b>	<b>26.97</b>	<b>28.26</b>	<b>115.14</b>	<b>825.31</b>	<b>353.28</b>	<b>299.2</b>	<b>379.35</b>	<b>8.49</b>	<b>859.5</b>	<b>34.58</b>	<b>7.06</b>	<b>48.4</b>	<b>.83</b>	<b>5.11</b>	<b>.33</b>	<b>21.03</b>	<b>20.28</b>	<b>.66</b>	
<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	
тк 403/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	90	45.35	13	13.2	12.54	215	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01	
тк 136,	Напиток кофейный с молоком	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-	
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	8.8	44.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-	
	<b>Итого</b>		<b>83</b>	<b>20.4</b>	<b>17.58</b>	<b>72.45</b>	<b>557.5</b>	<b>275.08</b>	<b>159.16</b>	<b>105.44</b>	<b>3.45</b>	<b>391</b>	<b>13.02</b>	<b>12</b>	<b>97.24</b>	<b>7.38</b>	<b>.21</b>	<b>56.2</b>	<b>38.86</b>	<b>3.55</b>	<b>.08</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 (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025