

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №1
 Ч.А. Квасова



Неделя: 2
 День: 3

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬН

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

МЕНЮ

11 Октября 2023г.

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (кило 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

Завтрак - Учащиеся 1-4 классов

тк16.	Ватрушка Царская	160	78,98	14,07	16,3	35,6	362,18	245,33	38,4	78,93	1,28	110,93	12,59	28,27	40,53	0,03	0,29	0,53	99,2	0,85	1,6
	Яблоко	150	47,52	0,23	0,23	12,69	46,15	24	13,5	16,5	3,3	417	3	0,15	12	0,05	0,04	15	-	0,04	-
тк 37/1.	Какао с витаминами "Витошка"	200	25,1	3,77	2,5	26	151,28	221	14	190	1	146	0,9	2	20	0,3	0,15	15	130	-	2,5
	Батон витаминный " На здоровье"	30	8,4	1,88	0,2	12,85	60,7	4,75	16,25	3,25	0,3	166	1,1	2	4,8	0,03	0,01	-	-	0,43	-
	Итого		160	19,95	19,23	87,14	620,31	495,08	82,15	288,68	5,88	839,93	17,59	32,42	77,33	0,41	0,49	229,2	30,53	1,32	4,1

Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата), Фенилкетонурия

	Помидор свежий	100	36,72	1,26	0,2	4,68	24	18,9	21,7	27,9	0,9	241,6	0,7	0,33	16,7	0,06	0,03	25	-	0,35	-
тк 213	Котлеты капустные	130	31,86	8,09	16,32	13,23	231,54	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк80 (март)	Картофель тушеный	180	44,02	5,1	6,3	34	309	17	26	48	4,1	565	5,28	0,29	31,68	0,08	0,06	29	-	-	6,6
	Яблоко	150	39	0,6	0,6	14,7	70,5	24	13,5	16,5	3,3	417	3	0,15	12	0,05	0,03	15	-	0,03	-
тк10.	Чай с сахаром	200	2,3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Сок с трубочкой	200	40	-	-	25	80,8	14	14	8	2,8	300	-	-	-	0,02	-	4	-	-	-
	Итого		193,9	15,25	23,42	101,61	756,84	78,9	79,2	108,4	12,1	1623,6	8,98	0,77	60,38	0,21	0,12	0	73	0,38	6,6

Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата), Валидов.

	Огурец свежий (порционно)	80	29,38	1,73	0,08	5,07	16	15,33	28	9,33	0,4	112	2,4	0,24	13,6	0,03	0,04	9,6	-	0,07	-
	Жаркое по-домашнему,...	200	103,4	16,89	16,39	30,33	399	24,36	229	348,46	3,39	751	11,34	0,26	83,24	0,2	0,19	26,28	-	-	-
	Яблоко	150	39	0,6	0,6	14,7	70,5	24	13,5	16,5	3,3	-	-	-	-	0,03	-	15	-	0,03	-
тк10.	Чай с сахаром	200	2,3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Батон витаминный " На здоровье"	30	8,4	1,88	0,2	12,85	60,7	4,75	16,25	3,25	0,3	166	1,1	2	4,8	0,03	0,01	-	-	0,43	-
	Итого		182,48	21,3	17,27	72,95	587,2	73,44	290,75	365,54	8,39	1029	14,84	2,5	101,64	0,29	0,24	0	50,38	0,53	0

Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата)

тк16.	Ватрушка Царская	200	98,74	18,76	21,8	46,66	482,91	30,66	5,86	98,66	-	-	-	-	-	1,36	-	-	0,66	0,4	-
	Яблоко	150	47,54	0,6	0,6	14,7	70,5	24	13,5	16,5	3,3	-	-	-	-	0,03	-	15	-	0,03	-
тк 37/1.	Какао с витаминами "Витошка"	200	25,1	3,77	2,5	26	151,28	221	14	190	1	146	0,9	2	20	0,3	0,15	15	130	-	2,5
	Батон витаминный " На здоровье"	30	8,4	1,88	0,2	12,85	60,7	4,75	16,25	3,25	0,3	166	1,1	2	4,8	0,03	0,01	-	-	0,43	-
	Итого		179,78	25,01	25,1	100,21	765,39	280,41	49,61	308,41	4,6	312	2	4	24,8	1,72	0,16	130,66	30	0,86	2,5

Заведующий
 столовой

(должность)

Центроева
 (подпись)

Г.Р. Центроева

(расшифровка подписи)

Мед. работник

(должность)

Кусакина
 (подпись)

Т.В. Кусакина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ СОШ №1
 Н.А. Квасова



Неделя:
 День: 3

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

МЕНЮ

11 Октября 2023г.

Льготники (Покачи)

Документ подписан ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (ккалории)	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																					
тк16.	Ватрушка Царская	160	78,98	15,01	17,39	37,97	386,33	245,33	38,4	78,93	1,28	110,93	12,59	28,27	40,53	0,03	0,29	0,53	99,2	0,85	1,6
-	Яблоко	150	49,2	0,6	0,6	14,7	46,15	24	13,5	16,5	3,3	417	3	0,15	12	0,03	0,03	15	-	0,03	-
тк 37/1..	Какао с витаминами "Витошка"	200	25,1	3,77	2,5	26	151,28	221	14	190	1	146	0,9	2	20	0,3	0,15	15	130	-	2,5
-	Батон витаминный " На здоровье"	30	8,4	1,88	0,2	12,85	60,7	4,75	16,25	3,25	0,3	166	1,1	2	4,8	0,03	0,01	-	-	0,43	-
-	Итого		161,68	21,26	20,69	91,52	644,46	495,08	82,15	288,68	5,88	839,93	17,59	32,42	77,33	0,39	0,48	229,2	30,53	1,31	4,1
Обед - Льготники 1-4 классов																					
тк131-	Консерва рыбная с луком и яйцом	60	34	3,1	5,1	11,26	77,4	26	13	79	0,5	99,5	14,3	17,5	24,6	0,02	0,12	2	62	1,8	1,5
тк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	44,7	2,69	5,39	20,1	131,55	47,96	33,43	77,7	1,67	382,2	6,38	0,55	28,3	0,08	0,06	16,6	30	-	0,26
-	Жаркое по-домашнему,,,	200	128,92	16,89	16,39	30,33	399	24,36	229	348,46	3,39	751	11,34	0,26	83,24	0,2	0,19	26,28	-	-	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	8,7	4,13	0,55	23,48	115,35	13,5	66	17,25	1,08	81,8	3,9	3,1	14	0,08	0,03	-	-	0,8	-
тк39	Сок разливной	200	20	-	-	19,2	80,8	14	14	8	2,8	-	-	-	-	0,02	-	4	-	0,2	-
-	Итого		236,32	26,81	27,43	104,37	804,1	125,82	355,43	330,41	9,44	1314,5	35,92	21,41	150,14	0,4	0,4	92	48,88	2,8	1,76
-	Всего за день		398	48,07	48,12	195,89	1448,56	620,9	437,58	19,09	15,32	154,4	53,51	53,83	227,47	0,79	0,88	321,2	79,41	4,11	5,86
Завтрак - Льготники 5-11 классов																					
тк16.	Ватрушка Царская	200	98,74	18,76	21,73	47,5	457	306,67	48	98,67	1,6	138,67	15,73	35,33	50,67	0,04	0,36	0,67	124	1,07	2
-	Яблоко	120	31,2	0,48	0,48	11,76	48	18,0	18,0	18,0	0,24	180	3,15	0,12	12,0	0,01	0,01	2,4	24	0,24	0,24