

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



Неделя: 2  
День: 3

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО "Академия питания"

Документ подписан В.Ю. Лыкова

Электронной подписью

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E42

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬ)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

## МЕНЮ

17 Января 2024

### Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва.			ЭЦ (кiloкал)	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 - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																						
тк16.	Ватрушка Царская	160	96	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	120	30,92	0,48	0,48	11,76	36,92	19,2	10,8	13,2	2,64	333,6	2,4	0,12	9,6	0,02	0,02	12	-	0,02	-	
тк 37/1..	Какао с витаминами "Витoshка"	200	25	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	10	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	-	
	<b>Итого</b>		<b>161,92</b>	<b>20,2</b>	<b>19,48</b>	<b>88,21</b>	<b>611,08</b>	<b>490,28</b>	<b>79,45</b>	<b>285,38</b>	<b>5,22</b>	<b>756,53</b>	<b>16,98</b>	<b>32,39</b>	<b>74,93</b>	<b>0,38</b>	<b>0,47</b>	<b>229,2</b>	<b>27,53</b>	<b>1,3</b>	<b>4,1</b>	
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																						
тк131-	Консерва рыбная с луком и яйцом	60	44,8	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	127,58	18,89	16,39	30,33	399	24,36	229	348,48	3,39	751	11,34	0,26	83,24	0,2	0,19	26,28	-	-	-	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	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	25	-	-	19,2	80,8	14	14	8	2,8	-	-	-	-	0,02	-	4	-	0,2	-	
	<b>Итого</b>		<b>252,08</b>	<b>26,81</b>	<b>27,43</b>	<b>104,37</b>	<b>804,1</b>	<b>125,62</b>	<b>355,43</b>	<b>530,41</b>	<b>9,44</b>	<b>1314,5</b>	<b>35,92</b>	<b>21,41</b>	<b>150,14</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>92</b>	<b>48,88</b>	<b>2,8</b>	<b>1,76</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>414</b>	<b>47,01</b>	<b>46,91</b>	<b>190,58</b>	<b>1415,18</b>	<b>616,1</b>	<b>434,88</b>	<b>157,9</b>	<b>14,66</b>	<b>2071,0</b>	<b>62,91</b>	<b>53,8</b>	<b>225,07</b>	<b>0,78</b>	<b>0,87</b>	<b>321,2</b>	<b>76,41</b>	<b>4,1</b>	<b>5,86</b>	
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																						
тк16.	Ватрушка Царская	180	85,35	16,88	19,56	42,75	411,3	276	43,2	88,8	1,44	124,8	14,16	31,8	45,6	0,04	0,32	0,6	111,6	0,96	1,8	
-	Яблоко	120	30,62	0,48	0,48	11,76	48	19,2	10,8	13,2	2,64	333,6	2,4	0,12	9,6	0,02	0,02	12	-	0,02	-	
тк 37/1..	Какао с витаминами "Витoshка"	200	25	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	10	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	-	
	<b>Итого</b>		<b>150,97</b>	<b>23,01</b>	<b>22,74</b>	<b>93,36</b>	<b>671,28</b>	<b>520,96</b>	<b>84,25</b>	<b>295,25</b>	<b>5,38</b>	<b>770,4</b>	<b>18,56</b>	<b>35,92</b>	<b>80</b>	<b>0,39</b>	<b>0,5</b>	<b>241,6</b>	<b>27,6</b>	<b>1,4</b>	<b>4,3</b>	
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																						
тк131-	Консерва рыбная с луком и яйцом	60	44,8	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	
тк 97( нояр).	Жаркое по-домашнему	225	138,53	19	18,13	39,74	455,6	24,36	229	348	3,39	751	11,34	0,26	83,24	0,2	0,18	26,28	0,01	2,24	-	
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	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	25	-	-	19,2	80,8	14	14	8	2,8	-	-	-	-	0,02	-	4	-	0,2	-	
	<b>Итого</b>		<b>263,03</b>	<b>28,92</b>	<b>29,17</b>	<b>113,78</b>	<b>860,7</b>	<b>125,62</b>	<b>355,43</b>	<b>529,95</b>	<b>9,44</b>	<b>1314,5</b>	<b>35,92</b>	<b>21,4</b>	<b>150,14</b>	<b>0,4</b>	<b>0,39</b>	<b>92,01</b>	<b>48,88</b>	<b>5,04</b>	<b>1,76</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>414</b>	<b>51,93</b>	<b>51,91</b>	<b>207,14</b>	<b>1531,98</b>	<b>546,77</b>	<b>39,68</b>	<b>825,2</b>	<b>14,82</b>	<b>2084,54</b>	<b>68,84</b>	<b>57,32</b>	<b>230,14</b>	<b>0,79</b>	<b>0,89</b>	<b>333,61</b>	<b>76,46</b>	<b>6,45</b>	<b>6,06</b>	

Заведующий  
столовой

(должность)

*Г.Р. Центроева*  
(подпись)

Г.Р. Центроева  
(расшифровка подписи)

Мед.работник

(должность)

*Т.В. Кусакина*  
(подпись)

Т.В. Кусакина  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

Документ подписан

Электронной подписью

Сертификат: 296D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D246 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 Н.А. Квасова



Неделя: 2  
 День: 3

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E42  
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬ)  
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

**МЕНЮ**  
 17 Января 2024

**Диета-сахарный диабет-Льготники**

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo кал)	Минеральные вещества									Витамины				
				Б	Ж	У		Са	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 - Льготники 1-4 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет</b>																					
тк №3 7дн/об	Сырники из творога(без сахара) со сметаной	150/30	87,1	15,45	12,4	9,3	337	37,1	5,2	34,9	0,18	92	7,92	26	28	0,02	0,2	0,12	19,8	0,15	0,01
	Яблоко	100	35	0,4	0,4	9,8	47	16	9	11	2,2	278	2	0,1	8	0,03	0,02	10	-	0,02	-
тк 37/2	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	23,08	3,77	2,5	6,12	151,28	221	14	3,2	1	-	0,9	0,2	20	0,3	0,15	15	130	2,5	0,5
	Хлеб дарницкий	25	4,5	1,4	0,28	10,25	51,5	0,04	-	-	0,35	78	1,4	1,8	8	0,04	0,08	-	-	0,98	-
	<b>Итого</b>		<b>149,68</b>	<b>21,02</b>	<b>15,58</b>	<b>35,47</b>	<b>588,78</b>	<b>274,14</b>	<b>28,2</b>	<b>49,1</b>	<b>3,73</b>	<b>448</b>	<b>12,22</b>	<b>28,1</b>	<b>64</b>	<b>0,39</b>	<b>0,45</b>	<b>149,8</b>	<b>25,12</b>	<b>3,65</b>	<b>0,51</b>
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет</b>																					
тк131-	Консерва рыбная с луком и яйцом	60	44,8	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	23,68	2,69	5,39	18,08	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	130	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	-	-	-
	Сок томатный	200	25	1	0,1	2,9	18	7	12	32	0,7	-	-	-	0,03	-	-	0,05	0,4	-	-
	Хлеб дарницкий	25	4,5	1,4	0,28	10,25	51,5	0,04	-	-	0,35	78	1,4	1,8	8	0,04	0,08	-	-	0,98	-
	<b>Итого</b>		<b>227,98</b>	<b>25,08</b>	<b>27,26</b>	<b>72,82</b>	<b>677,45</b>	<b>105,36</b>	<b>287,42</b>	<b>537,18</b>	<b>6,61</b>	<b>1310,7</b>	<b>33,42</b>	<b>20,11</b>	<b>144,14</b>	<b>0,37</b>	<b>0,45</b>	<b>92,05</b>	<b>44,88</b>	<b>3,18</b>	<b>1,76</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>377,66</b>	<b>46,1</b>	<b>42,84</b>	<b>108,29</b>	<b>1284,23</b>	<b>379,5</b>	<b>115,6</b>	<b>586,26</b>	<b>10,34</b>	<b>1758,7</b>	<b>45,64</b>	<b>48,21</b>	<b>208,14</b>	<b>0,76</b>	<b>0,9</b>	<b>241,85</b>	<b>70</b>	<b>6,83</b>	<b>2,27</b>

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

*Центрова*  
 (подпись)

Г.Р. Центрова  
 (расшифровка подписи)

Мед.работник  
 (должность)

*Кусакина*  
 (подпись)

Т.В. Кусакина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24  
 Кому выдан: Коршенико Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

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



Неделя: 2  
 День: 3

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 В.Ю. Лыкова  
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E42  
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬ)  
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

**МЕНЮ**  
 17 Января 2024

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб. коп	Пищевые вещ-ва.			ЭЦ (кilo кал)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		С	М	Р	Fe	К	l	Se	F	В1	В2	С	А	Е	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>																						
ткк16.	Ватрушка Царская	160	96	14,07	16,3	35,6	362,18	245,32	38,4	78,93	1,28	110,92	12,59	28,27	40,53	0,03	0,29	0,53	99,2	0,65	1,6	
-	Яблоко	130	35	0,2	0,2	11	40	20,8	11,7	14,3	2,86	301,4	2,6	0,13	10,4	0,04	0,03	13	-	0,03	-	
ткк 37/1.	Какао с витаминами "Витошка"	200	25	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	10	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		166	19,92	19,2	85,45	614,16	491,68	80,35	286,48	5,44	784,33	17,19	32,4	75,73	0,4	0,48	229,2	28,53	1,31	4,1	
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( завтрак 5-11 классы родительская плата )</b>																						
ткк16.	Ватрушка Царская	200	100,02	16,76	21,8	47,5	457	30,67	5,87	98,67	-	-	-	-	1,36	-	-	0,67	0,4	-	-	
-	Яблоко	150	47,8	0,6	0,6	14,7	80	24	13,5	16,5	3,3	-	-	-	0,03	-	15	-	0,03	-	-	
ткк 37/1.	Какао с витаминами "Витошка"	200	25	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	10	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		182,82	26,01	26,1	101,05	728,98	260,42	49,62	308,42	4,6	312	2	4	24,8	1,72	0,16	130,67	30	0,66	2,5	
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( Диета-Фенилкетонурия-5-11кл. ), Фенилкетонурия</b>																						
-	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	33,3	8,09	16,32	13,23	231,54	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк80 (март)	Картофель тушеный	180	31,98	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	-	
-	Сок с трубочкой	200	40	-	-	25	80,8	14	14	8	2,8	300	-	-	0,02	-	4	-	-	-	-	
тк10.	Чай с сахаром	200	2,3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
-	Итого		183,3	15,25	23,42	101,81	756,84	78,9	79,2	108,4	12,1	1523,6	8,98	0,77	60,38	0,21	0,12	0	73	0,38	6,6	

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

*(подпись)*  
 (подпись)

Г.Р. Центроева  
 (расшифровка подписи)

Мед.работник  
 (должность)

*(подпись)*  
 (подпись)

Т.В. Кусакина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024