

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 Н.А. Квасова



Неделя: 2  
 День: 4

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

**МЕНЮ**

18 Января 2024г.

**Льготники**

№ 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	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
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
ГТх54	Помидор свежий (порционно)	60	28,16	0,55	0,1	1,9	12	8,4	12	15,6	0,54	145	0,4	0,2	10	0,04	0,02	15	-	0,04	-
ГТх40 3/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	86,44	13	13,2	10,54	193	100,84	43,76	17,24	1,14	121	2,7	10	57	0,08	0,03	0,36	44,4	1,61	0,01
ГК., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	22,9	2,54	5,44	20,3	132	47	29	85	1,1	477	4,4	0,24	26,4	0,14	0,06	5	0,05	0,2	0,06
-	Вафли	50	21	1,88	2,5	25	135	12	10	45	1,05	-	-	-	0,04	-	-	5	1,75	-	-
ГК10.	Чай с сахаром	200	3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	Хлеб дарницкий	25	4,5	1,4	0,28	10,25	51,5	7,25	37,5	11,75	0,95	78	1,4	1,8	6	0,04	0,08	-	-	0,98	-
	<b>Итого</b>		<b>166</b>	<b>19,37</b>	<b>21,52</b>	<b>77,99</b>	<b>564,5</b>	<b>180,44</b>	<b>36,28</b>	<b>182,54</b>	<b>5,78</b>	<b>815</b>	<b>8,9</b>	<b>13,24</b>	<b>101,4</b>	<b>0,34</b>	<b>0,19</b>	<b>49,45</b>	<b>20,36</b>	<b>4,58</b>	<b>0,07</b>
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
ГТК 528 (ноябрь) 3/3/4	Винегрет овощной	60	20	0,84	5,06	3,96	73,8	22,8	11,4	21,6	0,6	124,5	1,9	0,15	10,14	0,01	0,02	9	0,15	-	-
ГК №82 (сентябрь)	Суп крестьянский с крупой (пшено)с мясом со сметаной	250/15/10	62,36	2,6	5,3	24,3	126	34	20	68	0,9	262,7	5,08	0,37	30,8	0,06	0,06	10	0,18	-	0,65
ГТх43	Биточки по-селянски	105	105	10,7	8,5	9,07	268	12	16	109,3	1,33	316	6,59	0,52	63,5	0,05	0,13	2,6	-	1,1	-
ГК 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	0,2	0,26	-	0,02	-	20	0,01
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4,13	0,55	23,48	115,35	13,5	86	17,25	1,08	81,8	3,9	3,1	14	0,08	0,03	-	-	0,8	-
-	Кисломолочный напиток кефир	200	25,62	2,5	2,5	8	45	180	21	142	0,2	292	18	4	40	0,06	0,34	1,4	1,5	-	-
	<b>Итого</b>		<b>247,98</b>	<b>28,37</b>	<b>27,52</b>	<b>106,14</b>	<b>856,3</b>	<b>275,5</b>	<b>314,77</b>	<b>19,8</b>	<b>1303</b>	<b>37,27</b>	<b>11,68</b>	<b>158,64</b>	<b>0,52</b>	<b>0,8</b>	<b>1,83</b>	<b>23,32</b>	<b>21,9</b>	<b>0,68</b>	
	<b>Всего за день</b>		<b>413,98</b>	<b>47,94</b>	<b>49,04</b>	<b>184,13</b>	<b>1422,8</b>	<b>455,94</b>	<b>629,04</b>	<b>186,74</b>	<b>13,92</b>	<b>2118</b>	<b>48,17</b>	<b>23,92</b>	<b>260,04</b>	<b>0,86</b>	<b>0,79</b>	<b>51,28</b>	<b>43,36</b>	<b>26,48</b>	<b>0,73</b>
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
ГТх54	Помидор свежий (порционно)	65	30,5	0,6	0,11	2,06	13	9,1	13	16,9	0,59	157,09	0,44	0,21	10,84	0,05	0,02	16,25	-	0,05	-
ГТх40 3/1/.	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	86,44	13	13,2	10,54	193	100,84	43,76	17,24	1,14	121	2,7	10	57	0,08	0,03	0,36	44,4	1,61	0,01
ГК., 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	29,9	3,05	6,53	24,36	158,4	58,4	34,8	102	1,32	565,2	5,28	0,39	31,68	0,17	0,07	6	0,06	0,24	0,07
-	Вафли	50	21	1,88	2,5	28	135	12	10	45	1,05	-	-	-	0,04	-	-	5	1,75	-	-
ГК10.	Чай с сахаром	200	3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	Хлеб дарницкий	50	9	2,8	0,56	17,5	89	0,08	-	0,7	-	-	-	-	14,42	-	-	75	23,5	1,96	-
	<b>Итого</b>		<b>179,84</b>	<b>21,53</b>	<b>22,9</b>	<b>92,96</b>	<b>629,4</b>	<b>183,42</b>	<b>205,56</b>	<b>189,14</b>	<b>5,8</b>	<b>943,28</b>	<b>8,42</b>	<b>10,5</b>	<b>99,52</b>	<b>14,75</b>	<b>0,12</b>	<b>72,95</b>	<b>97,81</b>	<b>5,01</b>	<b>0,08</b>
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
ГК 11. (сентябрь)	Винегрет овощной	100	25,76	2,4	8,1	6,0	133	38	19	36	1	207,5	3	0,25	16,9	0,02	0,04	15	0,25	-	-
ГК №82 (сентябрь)	Суп крестьянский с крупой (пшено)с мясом со сметаной	250/15/10	50	2,6	5,3	24,3	126	34	20	68	0,9	262,7	5,08	0,37	30,8	0,06	0,06	10	0,18	-	0,65
ГТх43	Биточки по-селянски	105	105	10,7	8,5	9,07	268	12	16	109,3	1,33	316	6,59	0,52	63,5	0,05	0,13	2,6	-	1,1	-
ГК №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	17,78	7,12	6,73	44,8	258,78	15,04	216	504	4,84	271,5	5,9	3	41,7	0,31	0,01	5	24	0,94	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4,13	0,55	23,48	115,35	13,5	86	17,25	1,08	81,8	3,9	3,1	14	0,08	0,03	-	-	0,8	-
-	Кисломолочный напиток кефир	200	25,76	2,5	2,5	8	45	180	21	142	0,2	292	18	4	40	0,06	0,34	1,4	1,5	-	-
	<b>Итого</b>		<b>234,3</b>	<b>29,45</b>	<b>31,68</b>	<b>116,25</b>	<b>943,13</b>	<b>283,34</b>	<b>358</b>	<b>876,55</b>	<b>9,35</b>	<b>1431,54</b>	<b>42,47</b>	<b>11,24</b>	<b>206,9</b>	<b>0,58</b>	<b>0,63</b>	<b>25,93</b>	<b>34</b>	<b>2,54</b>	<b>0,85</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>414,14</b>	<b>50,98</b>	<b>54,58</b>	<b>208,81</b>	<b>1572,53</b>	<b>476,78</b>	<b>623,58</b>	<b>665,89</b>	<b>15,12</b>	<b>274,76</b>	<b>60,89</b>	<b>21,74</b>	<b>308,43</b>	<b>15,34</b>	<b>0,75</b>	<b>98,89</b>	<b>131,81</b>	<b>8,15</b>	<b>0,73</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: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D (расшифровка подписи)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ СОШ №1  
Н.А. Квасова



Неделя: 2  
День: 4

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО "Академия питания"

Документ подписан Ю. Лыкова  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E42  
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬ)

Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

**МЕНЮ**

18 Января 2024

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва.			ЭЦ (ккал)	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>Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )</b>																							
тк54	Помидор свежий (порционно)	60	28,16	0,55	0,1	3,8	12	8,4	12	15,6	0,54	145	0,4	0,2	10	0,04	0,02	15	-	0,04	-		
тк40 3/1/	Кнели из птицы запеченые с соусом.	110	86,44	13	13,2	10,54	193	100,84	143,78	17,24	1,14	121	2,7	10	57	0,08	0,03	0,36	44,4	1,61	0,01		
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150.	22,9	2,54	5,44	20,3	132	47	29	85	1,1	471	4,4	0,24	26,4	0,14	0,06	5	0,05	0,2	0,06		
-	Вафли	50	21	1,5	1,5	28	135	12	10	45	1,05	-	-	-	-	0,04	-	-	5	1,75	-		
тк10	Чай с сахаром	200	3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
-	Хлеб дарницкий	25	4,5	1,4	0,28	10,25	51,5	0,04	-	-	0,35	-	-	-	-	7,21	-	37,5	11,75	0,98	-		
-	Итого		166	19,19	20,52	82,89	564,5	173,28	198,78	170,84	5,18	737	7,5	10,44	93,4	7,51	0,11	61,2	57,86	4,58	0,07		
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( диета -фенилкетонурия-завтрак 5-11 классы ), фенилкетонурия</b>																							
ТТК 528 (ноя) зам	Винегрет овощной	100	25,76	1,4	8,43	6,6	123	38	19	36	1	207,5	3	0,25	16,9	0,02	0,03	15	0,25	-	-		
-	Помидор свежий	100	46,92	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 35 (	Картофельное пюре без молока	150	25	2,54	5,44	20,3	132	47	29	85	1,1	471	4,4	0,24	26,4	0,14	0,06	5	0,04	0,2	0,06		
тк38	Мандарины	120	60	0,84	0,12	9	45,6	81,6	31,2	55,2	0,72	472,8	4,8	1,2	40,8	0,1	0,07	45,6	19,2	0,48	-		
тк10.	Чай с сахаром	200	3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
-	Итого		160,68	6,24	14,19	50,58	365,8	190,5	104,9	212,1	4,72	1392,9	12,9	2,02	100,8	8,32	0,19	19,49	90,6	1,03	0,06		
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( завтрак 5-11 классы(родительская плата) )</b>																							
тк54	Помидор свежий (порционно)	80	38,01	0,74	0,14	2,54	16	11,2	16	20,8	0,72	193,34	0,54	0,26	13,34	0,06	0,02	20	-	0,06	-		
тк40 3/1/	Кнели из птицы запеченые с соусом.	110	86,44	13	14	0,78	233,18	100,84	143,78	17,24	1,14	121	2,7	10	57	0,08	0,03	1,76	44,4	1,61	0,01		
тк 35 (январь,	Картофельное пюре.	180	29,9	3,78	8,1	26,28	196,2	47	29	85	1,1	471	4,4	0,24	26,4	0,14	0,06	5	1,8	-	0,06		
-	Вафли	50	21	1,5	1,5	25	154	12	10	45	1,05	-	-	-	-	0,04	-	-	5	1,75	-		
тк10.	Чай с сахаром	200	3	0,2	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
-	Хлеб дарницкий	25	4,5	1,4	0,28	8,8	44,5	0,04	-	-	0,35	-	-	-	-	7,21	-	37,5	11,75	0,98	-		
-	Итого		182,85	20,82	24,02	73,4	684,88	176,08	202,78	176,04	5,36	785,34	7,64	10,5	96,74	7,93	0,11	62,95	64,26	4,4	0,07		

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

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО "Академия питания"

Документ подписан В.Ю. Лыкова

Электронной подписью

Сертификат: SCD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E42

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬ)

Действителен с 26.09.2023 по 26.12.2024

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАOU СОШ №1  
 Н.А. Квасова

Неделя: 2  
 День: 18



**МЕНЮ**

18 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		
																						Мг	Мг
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. Покази )</b>																							
тк54	Помидор свежий (порционно)	60	28,16	0,55	0,1	1,9	12	8,4	12	15,8	0,54	145	0,4	0,2	10	0,04	0,02	15	-	0,04	-		
тк40 3/1/	Кнели из птицы запеченные с соусом.	110	86,44	13	13,2	10,54	193	100,84	143,78	17,24	1,14	121	2,7	10	57	0,08	0,03	0,38	44,4	1,81	0,01		
тк72 (ячв)	Картофель отварной с зеленью	150/2	24,32	2,9	4,7	23,5	231	21	30	79	1,2	471	4,4	0,24	26,4	0,15	0,05	21	0,04	0,2	0,65		
тк10-	Чай без сахара	200	3	0,2	-	0,05	1,47	5	-	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
-	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	-		
	Итого		146,42	18,05	16,28	48,24	488,97	135,28	185,78	19,84	4,23	815	8,9	12,24	101,4	0,31	0,18	44,44	36,36	2,83	0,66		
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. Покази )</b>																							
тк 11 (сви)	Винегрет овощной.	60	15,6	0,84	5,06	3,96	73,8	22,8	11,4	21,6	0,6	124,5	1,8	0,15	10,14	0,01	0,02	9	0,15	-	-		
тк №82 (сви)	Суп крестьянский с крупой (пшено)с мясом со сметаной	250/15/10	50	2,6	5,3	14,3	116	34	20	68	0,9	262,7	5,08	0,37	30,8	0,06	0,08	10	0,18	-	0,65		
тк43	Биточки по-селянски	105	113,52	10,7	8,5	9,07	268	12	16	106,3	1,33	316	6,59	0,52	63,5	0,05	0,13	2,6	-	1,1	-		
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	0,2	0,26	-	0,02	-	20	0,01		
тк10	Хлеб дарницкий + хлеб северный( с ламин)	20/20	10	2,76	0,4	15	78,6	10,8	52,8	13,8	0,86	-	-	-	-	0,06	-	0,01	-	-	-		
-	Кисломолочный напиток кефир	200	27,6	2,5	2,5	8	45	180	21	142	0,2	292	18	4	40	0,06	0,34	1,4	1,5	-	-		
	Итого		241,72	27	27,37	87,66	811,55	272,8	301,5	774,7	7,92	1221,2	33,37	8,58	144,64	0,5	0,57	1,83	23,03	21,1	0,66		
	Всего за день		388,14	45,05	45,65	133,9	1300,52	408,08	487,28	194,54	12,15	2036,2	42,27	20,82	246,04	0,81	0,75	46,27	59,39	23,93	1,32		

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  
 Сертификат: 290134D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D24  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен с 31.08.2023 по 30.11.2024