

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



Неделя: 1
 День: 5

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

МЕНЮ

20 Октября 2023г

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EВ10E9871E4211
 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 (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 - Лыготники 1-4 классов

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|-----|-------|----|------|------|------|------|-------|------|------|
| тк3 | Запеканка из творога со сгущ. молоком | 100/10 | 93,54 | 12,9 | 9,7 | 18,5 | 188 | 37,1 | 5,2 | 34,9 | - | 92 | 7,92 | 26 | 28 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | - | 0,12 | 0,01 |
| тк221 | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/5 | 23,62 | 3,56 | 8,6 | 32,86 | 223,6 | 147 | 155 | 32,2 | 0,45 | 146 | 9 | 2 | 20 | 0,07 | 0,15 | 1,56 | 22 | 1,9 | 0,06 |
| - | Яблоко | 130 | 40 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,1 | 20,8 | 11,7 | 14,3 | 2,86 | - | - | - | - | 0,02 | - | 13 | - | 0,02 | - |
| 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 | | 167,86 | 19,06 | 19,02 | 86,95 | 574,4 | 214,65 | 192,19 | 92,65 | 4,61 | 404 | 18,02 | 30 | 52,8 | 0,14 | 0,18 | 22 | 14,58 | 2,47 | 0,07 |

Обед - Лыготники 1-4 классов

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|---|----------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|------|
| тк171 (сви) | Салат из свеклы с сыром и маслом растительным | 60 | 16,26 | 3,39 | 6,22 | 3,92 | 94,24 | 129 | 70,61 | 130 | 0,66 | 128,3 | 4 | 1,51 | 8,8 | 0,01 | 0,04 | 4,32 | 18,9 | 2,21 | 0,08 |
| тк28 (вер) | Суп-лапша (яичная) с птицей и зеленью | 250/25/2 | 42,52 | 6,58 | 7,7 | 28 | 158,7 | 28,75 | 44,75 | 35 | 0,95 | 87,2 | 4,8 | 8 | 42 | 0,05 | 0,09 | 1 | 5 | 0,38 | 0,4 |
| тк248 (сви) 25% | Мясо Духовое | 200 | 127 | 17,67 | 17,4 | 21,88 | 265 | 25 | 90 | 225 | 3,31 | 670 | 6,34 | 0,24 | 55,44 | 0,18 | - | 22 | - | 4,6 | - |
| - | Печенье сахарное 50г. | 50 | 15 | 1,88 | 2,5 | 18,5 | 104 | 42 | 20,4 | 13,2 | 0,12 | 33 | - | - | - | 0,07 | 0,02 | - | - | 0,24 | - |
| - | 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 | 0,01 | - | 0,8 | - |
| тк434 | Кисель Витошка | 200 | 20 | 0,2 | - | 24,23 | 95 | 60 | 20 | 3 | 2,3 | 15,2 | - | - | - | 0,3 | 0,34 | 20 | 130 | 2,35 | 1,68 |
| - | Итого | | 229,48 | 33,85 | 34,37 | 120,01 | 832,29 | 299,25 | 71,78 | 423,45 | 6,42 | 1015,8 | 19,04 | 12,85 | 120,24 | 0,69 | 0,52 | 153,9 | 47,33 | 10,56 | 2,16 |
| - | Всего за день | | 397,34 | 52,91 | 53,39 | 206,96 | 1406,69 | 513,9 | 143,91 | 516,1 | 13,03 | 1419,3 | 37,06 | 42,85 | 173,04 | 0,83 | 0,7 | 175,9 | 61,91 | 13,05 | 2,23 |

Завтрак - Лыготники 5-11 классов

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-----|-------|----|------|------|------|------|-------|------|------|
| тк3 | Запеканка из творога со сгущ. молоком | 100/10 | 93,54 | 13,24 | 11,46 | 25,9 | 212 | 37,1 | 5,2 | 34,9 | - | 92 | 7,92 | 26 | 28 | 0,18 | - | 0,02 | - | 0,12 | 0,01 |
| тк221 | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/5 | 23,62 | 3,56 | 8,6 | 32,86 | 223,6 | 147 | 155 | 32,2 | 0,45 | 146 | 9 | 2 | 20 | 0,07 | 0,15 | 1,56 | 22 | 1,9 | 0,06 |
| - | Яблоко | 100 | 26 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 16 | 9 | 11 | 2,2 | - | - | - | - | 0,02 | - | 10 | - | 0,02 | - |
| 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 | | 153,86 | 19,28 | 20,66 | 91,41 | 584,3 | 209,89 | 89,45 | 99,35 | 3,95 | 404 | 18,02 | 30 | 52,8 | 0,3 | 0,15 | 22 | 11,58 | 2,47 | 0,07 |

Обед - Лыготники 5-11 классов

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|---|----------|--------|-------|-------|--------|---------|--------|--------|--------|-------|---------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|------|------|
| тк50, 2004 (сви) | Салат из свеклы с сыром и маслом растительным | 100 | 27,02 | 5,85 | 9,36 | 8,52 | 127 | 215 | 117 | 218 | 1,1 | 213 | 6,7 | 2,62 | 14,7 | 0,02 | 0,05 | 8,6 | - | - | 0,09 |
| тк28 (вер) | Суп-лапша (яичная) с птицей и зеленью | 250/15/2 | 31,84 | 6,58 | 7,7 | 28 | 158,7 | 28,75 | 44,75 | 35 | 0,95 | 87,2 | 4,8 | 8 | 42 | 0,05 | 0,09 | 1 | 5 | 0,38 | 0,4 |
| тк248 (сви) | Мясо Духовое | 225 | 141 | 18,03 | 18,4 | 24,79 | 444,38 | 146 | 229 | 26 | 2,47 | 670 | 6,34 | 0,24 | 55,44 | 0,18 | 0,12 | 23 | 36 | 0,74 | - |
| - | Печенье сахарное 50г. | 50 | 15 | 1,88 | 2,5 | 18,5 | 104 | 42 | 20,4 | 13,2 | 0,12 | 33 | - | - | - | 0,07 | 0,02 | - | - | 0,24 | - |
| - | 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 | 0,01 | - | 0,8 | - |
| тк434 | Кисель Витошка | 200 | 20 | 0,2 | - | 24,23 | 95 | 60 | 20 | 3 | 2,3 | 15,2 | - | - | - | 0,3 | 0,34 | 20 | 130 | 2,35 | 1,68 |
| - | Итого | | 243,56 | 36,47 | 38,51 | 125,52 | 1044,43 | 306,29 | 197,15 | 112,45 | 6,02 | 1100,21 | 21,74 | 13,96 | 126,14 | 0,7 | 0,65 | 171 | 52,01 | 4,51 | 2,17 |
| - | Всего за день | | 397,42 | 55,75 | 59,17 | 216,23 | 1628,73 | 178,1 | 686,5 | 401,6 | 11,97 | 1504,2 | 39,76 | 43,86 | 178,94 | 1 | 0,81 | 193 | 64,19 | 6,96 | 2,24 |

Заведующий столовой
 (должность)

Цесц
 (подпись)

Г.Р. Центрова
 (расшифровка подписи)

Мед.работник
 (должность)

Т.В.
 (подпись)

Т.В. Кусакина
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 290D4D9F8A846F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E
 кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

Корниенко Ирина Ивановна
 (расшифровка подписи)

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



Неделя: 1
 День: 5

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

МЕНЮ
 20 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ттк 3 | Запеканка из творога со сгущ. молоком | 100/10 | 94,48 | 12,9 | 9,7 | 18,5 | 188 | 37,1 | 5,2 | 34,9 | 0,18 | 92 | 7,92 | 26 | 28 | 0,02 | - | 0,12 | 14,7 | 0,15 | 0,01 |
| ттк 221 | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/5 | 23,62 | 3,56 | 8,6 | 32,86 | 223,6 | 147 | 155 | 32,2 | 0,45 | 146 | 9 | 2 | 20 | 0,07 | 0,15 | 1,56 | 22 | 1,9 | 0,06 |
| - | Яблоко | 120 | 31,2 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 | 19,2 | 10,8 | 13,2 | 2,64 | 333,6 | 2,4 | 0,12 | 9,6 | 0,04 | 0,02 | 12 | - | 0,02 | - |
| 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 | | 160 | 19,02 | 18,08 | 85,97 | 569,7 | 213,00 | 91,25 | 91,55 | 4,57 | 737,6 | 20,42 | 30,12 | 62,4 | 0,16 | 0,18 | 36,7 | 13,68 | 2,5 | 0,07 |
| Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата), Фенилкетонурия | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| тк 4 (свен) | Икра свекольная | 100 | 15,78 | 2,4 | 7,6 | 13 | 102 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| ттк380. | Капуста брокколи с/м отварная с маслом | 100 | 36,4 | 1,76 | 0,32 | 3,68 | 26,6 | 21,6 | 13,6 | 41,6 | 1,8 | - | - | - | - | 0,09 | - | 40,8 | - | 0,24 | - |
| ттк № 54 (согр) | Каша пшеничная вязкая с луком | 180 | 15 | 7,68 | 8,52 | 36,6 | 254,4 | 120 | 49,2 | 183,6 | 2,4 | 162,96 | 1,08 | 0,12 | 10,8 | 0,17 | 0,02 | 1,2 | 0,05 | 0,12 | - |
| - | Яблоко | 150 | 54 | 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 | - | - | - |
| ттк 434 | Кисель Витошка | 200 | 20 | 0,2 | - | 24,23 | 95 | 80 | 20 | 3 | 2,3 | 15,2 | - | - | - | 0,3 | 0,34 | 20 | 130 | 2,35 | 1,68 |
| | Итого | | 181,18 | 12,64 | 17,04 | 117,21 | 628,3 | 239,6 | 110,3 | 252,7 | 12,4 | 895,16 | 4,08 | 0,27 | 22,8 | 0,63 | 0,39 | 130,05 | 81 | 2,74 | 1,68 |
| Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ттк 3 | Запеканка из творога со сгущ. молоком | 100/10 | 94,48 | 12,9 | 9,7 | 18,5 | 188 | 37,1 | 5,2 | 34,9 | 0,18 | 92 | 7,92 | 26 | 28 | 0,02 | 0,2 | 0,12 | 14,7 | 0,15 | 0,01 |
| ттк 221 | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/5 | 23,62 | 3,56 | 8,6 | 32,86 | 223,6 | 147 | 155 | 32,2 | 0,45 | 146 | 9 | 2 | 20 | 0,07 | 0,15 | 1,56 | 22 | 1,9 | 0,06 |
| - | Яблоко | 150 | 54 | 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 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| - | 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 | | 182,8 | 19,14 | 19,1 | 88,91 | 583,8 | 217,85 | 93,95 | 94,85 | 5,23 | 821 | 21,02 | 30,15 | 64,8 | 0,17 | 0,39 | 36,7 | 16,68 | 2,51 | 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

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен с 31.08.2023 по 30.11.2024