

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «СОВЕТ №1»  
Н.А. Квасов



Неделя: 2  
День: 01

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО «Академия питания»

В.Ю. Лыкова

**МЕНЮ**

22 декабря 2023г

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

№ сб. рец.	Наименование блюд	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	МГ	МГ	МГ	МГ	МГ			
<b>Завтрак - Лыготники 1-4 классов ( Лыготники )</b>																									
тк438(сен.)	Салат "Школьный"	60	22,66	3,2	4,8	3,26	83,41	244	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-				
ТТК 258(сен.)	Плов из птицы (филе)зам.	200	74,64	10,66	10	36,1	150	241	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-				
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	4,36	1,98	0,9	12,3	58,5	8,33	4,17	4,17	0,23	23,3	0,8	1,9	3,83	4,17	5	0,83	-	0,48	-				
тк38	Мандарины	100	50	0,7	0,1	7,5	38	68	26	46	0,8	394	4	1	34	0,08	0,06	38	16	0,4	-				
тк 118	Какао "Хрутка" (ДСХ)	200	24,88	2,5	2,5	22,4	107	60	60	47	53,7	146	0,9	2	20	0,02	0,15	10	0,01	-	0,01				
	Итого		176,54	19,04	17,6	81,40	616,91	324,32	63,5	49,1	52,93	3047,3	16,26	44,5	285,03	4,51	5,33	16,61	78,23	0,96	0,01				

<b>Обед - Лыготники 1-4 классов ( Лыготники )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	22,04	1,3	0,06	3,8	8	35,56	25,08	44,78	1,24	-	-	-	-	0,07	-	0,01	0,5	-	-
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	12,48	4,5	2,8	28,71	191	13,2	8,4	43,2	0,96	102	1,32	-	20,24	0,07	0,03	-	0,04	0,96	0,07
тк 42(ноя.)	Суп-пюре из разных овощей с зеленью и пшен.гренками	270	27,28	3,76	6,29	24	185	48,5	49,8	57	1,13	344,1	4,38	2,34	25,3	0,07	0,05	2	0,21	0,28	0,65
тк №142	Сосиска отварная	100	97,22	10,26	16,38	18	245	36	20	182	2	200	-	-	-	0,1	-	-	-	-	-
-	Соус томатный	50 гр	5,02	0,6	1,5	3,2	37	3	4	8	0,2	-	-	-	-	0,01	-	1	0,09	0,1	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	8,7	4,13	0,55	23,48	115,35	13,5	66	17,29	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	-
тк 548	Йогурт "Простоквашино" с фруктовым наполнителем	110	44	3,96	3,19	12,98	96,8	199,1	33	215,6	0,17	141,9	-	-	-	0,06	0,22	1,49	24,2	-	-
	Итого		236,74	28,51	30,77	133,37	938,95	263,86	220,08	55,83	9,58	869,8	9,0	5,44	59,54	0,48	0,33	25,04	8,0	2,34	0,72
	Всего за день		413,28	47,55	48,37	214,82	1555,95	605,19	403,65	705	68,51	1917	125,86	49,94	345,17	4,99	5,88	41,85	86,73	3,2	0,73

<b>Завтрак - Лыготники 5-11 классов ( Лыготники )</b>																					
тк438(сен.)	Салат "Школьный"	60	22,66	3,2	4,8	3,26	83,41	244	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-
ТТК 258(сен.)	Плов из птицы (филе)зам.	200	74,64	12,66	12	46,9	393,75	244	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-
-	хлеб "Пшеничный" йодированный	50	8,7	1,98	0,4	24,4	117	16,66	8,34	8,34	0,46	-	-	-	8,34	-	1,66	-	0,92	-	-
тк38	Мандарины	100	50	0,7	0,1	7,5	38	68	26	46	0,8	394	4	1	34	0,08	0,06	38	16	0,4	-
тк 118	Какао "Хрутка" (ДСХ)	200	24,88	2,5	2,5	22,4	107	60	60	47	53,7	146	0,9	2	20	0,02	0,15	10	0,01	-	0,01
	Итого		180,88	23,02	19,8	104,49	739,16	632,68	27,74	53,34	60,18	1024	15,46	43	282	0,58	0,33	16,61	79,06	1,32	0,01

<b>Обед - Лыготники 5-11 классов ( Лыготники )</b>																					
-	Огурец свежий (порционно)	60	22,04	1,24	0,06	3,78	15	35,56	25,08	44,78	1,24	-	-	-	-	0,07	-	0,01	0,5	-	-
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	12,48	4,5	2,8	28,71	191	13,2	8,4	43,2	0,96	102	1,32	-	20,24	0,07	0,03	-	0,04	0,96	0,07
тк 42(ноя.)	Суп-пюре из разных овощей с зеленью и пшен.гренками	270	27,28	3,76	6,29	24	185	48,5	49,8	57	1,13	344,1	4,38	2,34	25,3	0,07	0,05	2	0,21	0,28	0,65
тк №142	Сосиска отварная	100	97,22	11,4	16,2	20	256	36	20	182	2	200	-	-	-	0,1	-	-	-	-	-
-	Соус томатный	50 гр	5,02	0,6	1,5	3,2	37	3	4	8	0,2	-	-	-	-	0,01	-	1	0,09	0,1	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	8,7	4,13	0,55	23,48	115,35	13,5	66	17,29	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	-
тк 548	Йогурт "Простоквашино" с фруктовым наполнителем	110	44	3,96	3,19	12,98	96,8	199,1	33	215,6	0,17	141,9	-	-	-	0,06	0,22	1,49	24,2	-	-
	Итого		236,74	29,59	32,59	135,35	966,95	263,86	220,08	55,83	9,58	869,8	9,0	5,44	59,54	0,48	0,33	25,04	8,0	2,34	0,72
	Всего за день		417,62	52,61	52,39	239,81	1706,11	606,53	407,82	705	176,974	893,8	25,06	48,44	341,54	9,16	9,66	41,95	87,56	3,60	0,73

Заведующий  
столовой  
(подпись)  
Мед.работник  
(подпись)  
Технолог отдела питания  
(подпись)

(подпись)  
(подпись)

Г.Р. Центроева  
(расшифровка подписи)  
Т.В. Кусакина  
(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B5C2F3CA83BD2973D247E  
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ)

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №2  
 Н.А. Квасова



Неделя 2  
 День 5

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

**МЕНЮ**

22 Декабря 2023г.

Диета-сах.диабет-Льготники

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211  
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНИ)  
 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	мг	мг
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																							
тк438/сен	Салат "Школьный"	60	22,66	3,2	4,8	3,26	83,41	244	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-		
тк455/Птица	Каша гречневая с птицей с овощами	200	72,54	16,5	15,8	46	401	21	87	180	3,06	342,5	4,93	5,78	60,97	0,28	0,08	2,95	14	6,67	0,6		
	Мандарин	100	50	0,8	0,2	7,5	38	35	11	17	0,1	156	0,3	0,1	150,3	0,06	0,03	38	-	0,2	-		
тк37/1	Какао с молоком без сахара	200	14,76	2,9	2,5	6,15	75	120	90	14	-	-	-	-	0,04	-	1,3	-	-	-	-		
	Хлеб дарницкий	25	4,36	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>164,32</b>	<b>24,8</b>	<b>23,58</b>	<b>73,16</b>	<b>848,91</b>	<b>420,04</b>	<b>234,7</b>	<b>237</b>	<b>8,21</b>	<b>817,5</b>	<b>11,91</b>	<b>27,68</b>	<b>333,27</b>	<b>0,52</b>	<b>0,25</b>	<b>14,3</b>	<b>56,95</b>	<b>7,85</b>	<b>0,6</b>		
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																							
	Огурец свежий (порционно)	60	22,04	1,49	0,2	1,49	23,64	36,56	25,08	44,78	1,24	-	-	-	0,07	-	0,01	0,5	-	-	-		
тк42/ноя.	Суп-пюре из разных овощей с зеленью и пшен.гренками	250/20/2	27,08	3,76	6,29	24	165	48,5	49,6	57	1,13	344,1	4,38	2,34	25,3	0,07	0,05	2	0,21	0,28	0,65		
тк142	Сосиска отварная	100	97,28	9,18	20	0,32	218,03	29,52	16,39	32,78	1,65	-	-	-	0,16	-	-	-	0,32	-	-		
тк15/сент.зам	Рагу овощное	150	32,4	4,5	6,7	12	141	37	25	92	1,1	454	3,6	0,19	25	0,08	0,04	12	0,86	0,7	-		
	Сок томатный	200	20	1	0,1	2,9	18	7	12	32	0,7	-	-	-	0,03	-	-	0,05	0,4	-	-		
	Хлеб дарницкий	25	4,36	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>203,16</b>	<b>21,33</b>	<b>33,57</b>	<b>50,96</b>	<b>617,17</b>	<b>158,52</b>	<b>128,07</b>	<b>198,57</b>	<b>6,17</b>	<b>876,1</b>	<b>9,38</b>	<b>4,33</b>	<b>58,3</b>	<b>0,45</b>	<b>0,17</b>	<b>1,62</b>	<b>14,01</b>	<b>2,68</b>	<b>0,65</b>		
	<b>Всего за день</b>		<b>367,48</b>	<b>46,13</b>	<b>57,15</b>	<b>124,12</b>	<b>1266,08</b>	<b>578,60</b>	<b>362,77</b>	<b>496,57</b>	<b>12,38</b>	<b>1693,6</b>	<b>21,29</b>	<b>32,01</b>	<b>391,57</b>	<b>0,97</b>	<b>0,42</b>	<b>15,92</b>	<b>70,96</b>	<b>10,53</b>	<b>1,25</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: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
 Кому выдан: Коршеник Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

(расшифровка подписи)

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 Н.А. Квасова



Неделя: 2  
 День: 5

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**  
 22 Декабря 2023г

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва, гр			ЭЦ (кило калори)	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 - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )</b>																							
ТТК438(сен)	Салат "Школьный"	60	22,66	3,2	4,8	3,26	63,41	244	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-		
ТТК 258(сен)	Плов из птицы (филе)зам.	200	74,64	10,66	10	36,1	350	244	46,7	26	2,7	242	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-		
ТК38	Мандарины	100	33,46	0,4	0,2	7,5	38	68	26	46	0,6	394	4	1	34	0,08	0,06	38	16	0,4	-		
ТТК 118	Какао "Хрутка" (ДСХ)	200	24,88	2,5	2,5	22,4	107	60	60	47	53,7	146	0,9	2	20	0,02	0,15	10	0,01	-	0,01		
	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	4,36	1,98	0,2	12,2	58,5	0,03	-	-	0,01	23,3	0,8	1,5	3,63	0,28	5	0,01	-	0,28	-		
	Итого		160	18,74	17,7	81,46	616,91	816,03	179,4	145	59,71	1047,3	16,26	44,5	285,63	0,62	5,33	16,61	77,41	0,68	0,01		
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( доп.инф. Покази )</b>																							
ТТК438(сен)	Салат "Школьный"	100	37,74	8,66	9,67	4,34	95,6	406,67	77,83	43,33	4,5	403,33	8,8	33,33	190	0,2	0,1	24,5	0,5	-	-		
ТТК 258(сен)	Плов из птицы (филе)зам.	200	74,64	10,66	10	36,1	350	216,86	46,7	26	2,7	515,66	5,28	20	114	0,12	0,06	14,7	0,3	-	-		
ТК38	Мандарины	100	40,83	0,7	0,1	7,5	38	68	26	46	0,6	394	4	1	34	0,08	0,06	38	16	0,4	-		
ТТК 118	Какао "Хрутка" (ДСХ)	200	25,28	2,5	2,5	22,4	107	60	60	47	53,7	146	0,9	2	20	0,02	0,15	10	0,01	-	0,01		
	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	4,36	1,98	0,2	12,2	58,5	0,03	-	-	0,01	23,3	0,8	1,5	3,63	0,28	5	0,01	-	0,28	-		
	Итого		182,85	24,5	22,47	82,54	649,1	751,54	110,5	162,33	61,51	482,1	19,76	57,83	261,63	0,7	5,37	16,61	87,21	0,68	0,01		
<b>- Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( диета -фенилкетонурия-завтрак 5-11 классы ), фенилкето</b>																							
ТК 193(сен)	Салат-коктейль овощной	100/2	50	3,3	5,25	4,45	78,28	13	15	140	0,18	70	1,7	10,5	61	0,01	0,5	8	11,5	-	-		
ТК 198(сен)	Плов бухарский	200	45	5,24	19,19	58,92	420	325,33	62,27	34,67	0,03	322,67	7,04	26,67	152	0,16	0,08	19,6	-	0,4	-		
	Банан	200	48	3	1	42	192	16	84	56	1,2	696	0,1	2	4,4	0,08	0,1	20	-	0,8	-		
	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		185,3	11,74	25,44	138,37	812,06	373,33	179,27	146,67	5,21	388,67	8,84	39,17	217,4	0,27	0,68	11,5	51,6	1,2	0		

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: 290D41D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D247E  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

(расшифровка подписи)