

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



Неделя: 1  
 День: 2

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 В.Ю. Лыкова

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

**МЕНЮ**

23 Января 2024

**Льготники**

№ 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
<b>Завтрак - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
ткх54	Помидор свежий (порционно)	60	28,16	0,55	0,1	3,8	12	8,4	12	15,8	0,54	145	0,4	0,2	10	0,04	0,02	15	-	0,04	-
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
ТК№2 15 (14%)	Говядина в кисло-сладком соусе	100	101,94	16,7	16,57	17,8	283	16	24	163	3	270	6,34	-	55,44	0,05	0,04	1	0,01	2,8	-
-	Хлеб северный с ламинариями	30	5,5	0,87	0,17	15,5	65,6	8,7	45	14,1	1,14	27,6	0,8	1,8	4,36	0,05	0,02	-	-	-	-
ткх45	Напиток "Здоровье"	200	7,5	0,4	0,1	22	77	10	6	9	1,1	8	0,05	0,04	0,52	0,01	-	70	-	0,3	-
-	Итого		166	21,06	22,38	80,4	569,6	90,1	116	286,7	6,88	921,6	11,79	2,28	96,72	0,29	0,14	0,06	91	3,34	0,06
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )</b>																					
ткк 165 (январь)	Салат "Нежность"	60	28,65	2,28	4,86	9,5	70,8	19,2	19,8	33,6	0,6	73,9	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3	0,91	2,34	0,31
ткх25 Б(сек.)	Уха деликатесная (горб.) рыба	250/20	38,18	7,34	4,72	23,21	122	226	177	241	1,37	227,11	14,6	12,6	122,7	0,24	0,06	22	26	0,97	-
тк 202,	Пельмени отварные (п/ф) со сметаной и маслом	180/20/10	146,71	12,5	15,6	43	436	28,33	19,8	152,1	1,77	175,5	4,2	2,43	40,5	0,28	0,12	1,86	107,1	-	0,59
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3,8	0,5	25	123	13,5	66	17,25	1,08	81,8	3,9	3,1	14	0,08	0,03	-	-	0,8	-
тк 14	Компот из свежих яблок	200	24,22	0,2	0,2	17,9	105	7	4	4	1	57,5	0,44	0,07	0,14	0,01	0,01	2	1,5	0,1	-
-	Итого		247,76	26,12	25,88	118,61	856,8	294,03	266,6	447,95	5,82	515,81	26,4	22,31	192,84	0,64	0,28	135,51	28,86	4,21	0,9
-	Всего за день		413,76	47,18	48,26	199,01	1426,4	384,13	402,67	734,05	12,7	537,4	38,19	24,59	289,54	0,93	0,42	135,57	19,86	7,55	0,96
<b>Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
ткх54	Помидор свежий (порционно)	80	37,54	0,73	0,13	5,07	16	11,2	16	20,8	0,72	193,33	0,53	0,27	13,33	0,05	0,03	20	-	0,05	-
ТК№2 15 (14%)	Говядина в кисло-сладком соусе	100	101,94	16,7	16,57	17,8	283	16	24	163	3	270	6,34	-	55,44	0,05	0,04	1	0,01	2,8	-
тк 35 (январь)	Картофельное пюре.	180	27,48	3,78	8,1	26,28	186,2	47	29	85	1,1	471	4,4	0,24	26,4	0,14	0,06	5	1,8	-	0,06
-	Хлеб северный с ламинариями	40	7,5	1,86	0,37	16,4	65,6	11,6	60	18,8	1,52	36,8	0,8	2,4	5,81	0,06	0,02	-	-	-	-
ткх45	Напиток "Здоровье"	200	7,5	0,4	0,1	22	77	10	6	9	1,1	8	0,05	0,04	0,52	0,01	-	70	-	0,3	-
-	Итого		181,96	23,47	25,27	87,55	637,8	95,6	135	296,6	7,44	679,13	12,12	2,95	101,5	0,31	0,15	1,81	96	3,15	0,06
<b>Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )</b>																					
ткк № 52 (сентябрь)	Салат "Нежность"	100	31,78	3,8	8,1	17	118	25	56	53	0,65	118	5,43	6,85	25,8	0,03	0,1	5	1,52	0,65	0,52
ткх25 Б(сек.)	Уха деликатесная (горб.) рыба	250/20	38,18	7,34	4,72	23,21	122	226	177	241	1,37	227,11	14,6	12,6	122,7	0,24	0,06	22	26	0,97	-
тк 202,	Пельмени отварные (п/ф) со сметаной и маслом	200/20/10	138,08	13,5	17,6	45	465	31,48	22	169	1,97	195	4,67	2,7	45	0,31	0,13	2,07	119	-	0,65
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3,8	0,5	25	123	13,5	66	17,25	1,08	81,8	3,9	3,1	14	0,08	0,03	-	-	0,8	-
тк 14	Компот из свежих яблок	200	14	0,2	0,2	17,9	105	7	4	4	1	57,5	0,44	0,07	0,14	0,01	0,01	2	1,5	0,1	-
-	Итого		232,04	26,64	31,12	128,11	930	302,98	325	484,25	6,07	579,41	29,04	25,32	207,64	0,67	0,33	148,02	31,07	2,52	1,17
-	Всего за день		414	52,11	56,39	215,66	1570,8	398,78	460	780,85	13,51	658,54	41,16	28,27	309,14	0,96	0,48	149,53	27,07	5,67	1,23

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

*Цецц*  
 (подпись)

Г.Р. Центроева  
 (расшифровка подписи)

Мед. работник  
 (должность)

*Т.В.*  
 (подпись)

Т.В. Кусакина  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83BBD2972621440

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



Неделя: 1  
 День: 2

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**  
 23 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	B1	B2	C	A	E	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>																						
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	-	
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	
ТК№2 15 (14%)	Говядина в кисло-сладком соусе	100	101,94	16,7	16,57	17,8	283	16	24	163	3	270	6,34	-	55,44	0,05	0,04	1	0,01	2,8	-	
-	Хлеб северный с ламинариями	30	5,5	0,87	0,17	17,5	85,6	8,7	45	14,1	1,14	27,6	0,6	1,8	4,36	0,05	0,02	-	-	-	-	
тк45	Напиток "Здоровье"	200	7,5	0,4	0,1	22	77	10	6	9	1,1	8	0,05	0,04	0,52	0,01	-	70	-	0,3	-	
	Итого		166	21,06	22,38	81,4	569,6	90,1	116	286,7	6,88	921,6	11,79	2,28	96,72	0,29	0,14	0,06	91	3,34	0,06	
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( Диета-фенилкетонурия-завтрак 5-11 классы родит.плата ), фенилкетонурия</b>																						
тк54	Помидор свежий (порционно)	100	46	1,1	0,2	3,8	24	14	20	26	0,9	241,87	0,67	0,33	16,67	0,07	0,03	25	-	0,07	-	
тк15 (сентябрь) зам	Рагу овощное	200	48,38	6	8,93	16	188	49,33	33,33	122,67	1,47	505,33	4,8	0,26	33,33	0,11	0,06	16	1,14	0,93	-	
тк38	Мандарины	160	80	1,12	0,18	12	60,8	108,8	41,8	73,8	0,96	630,4	6,4	1,6	54,4	0,13	0,1	80,8	25,6	0,64	-	
тк45	Напиток "Здоровье"	200	7,5	0,4	0,1	22	77	10	6	9	1,1	8	0,05	0,04	0,52	0,01	-	70	-	0,3	-	
	Итого		181,88	8,62	9,39	53,8	349,8	182,13	100,93	331,27	4,43	1465,4	11,92	2,23	104,82	0,32	0,19	26,74	171,8	1,94	0	
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( завтрак 5-11 классы (род.плата) )</b>																						
тк54	Помидор свежий (порционно)	80	38,37	0,74	0,14	5,08	16	11,2	16	20,8	0,72	193,34	0,54	0,26	13,34	0,06	0,02	20	-	0,06	-	
ТК№2 15 (14%)	Говядина в кисло-сладком соусе	100	102	16,7	16,57	17,8	283	16	24	163	3	270	6,34	-	55,44	0,05	0,04	1	0,01	2,8	-	
тк 35 (январь)	Картофельное пюре.	180	27,48	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	
-	Хлеб северный с ламинариями	40	7,5	1,17	0,23	22	87,47	11,6	60	18,8	1,52	36,8	0,8	2,4	5,81	0,07	0,03	-	-	-	-	
тк45	Напиток "Здоровье"	200	7,5	0,4	0,1	22	77	10	6	9	1,1	8	0,05	0,04	0,52	0,01	-	70	-	0,3	-	
	Итого		182,85	22,79	25,14	93,14	659,87	95,8	135	296,6	7,44	979,14	12,13	2,94	101,51	0,33	0,15	1,81	96	3,16	0,06	

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

*Цель*  
 (подпись)

Г.Р. Центроева  
 (расшифровка подписи)

Мед.работник  
 (должность)

*Т.В.*  
 (подпись)

Т.В. Кусакина  
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
 (должность)

Документ подписан  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2406  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)  
 Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 Н.А. Квасова



Неделя: 1  
 День: 2

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**

23 Января 2024

Диета-сах.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	Ма	Р	Fe	К	l	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 - Льготники 1-4 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																							
ттк54	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	-		
ТК№2 15 (14%)	Говядина в кисло-сладком соусе	100	100,86	16,7	16,57	17,8	283	16	24	163	3	270	6,34	-	55,44	0,06	0,04	1	0,01	2,6	-		
тк 72 (январь, усеел)	Картофель отварной с зеленью	150/2	22,4	3	7,65	23,85	181,5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ттк45	Напиток "Здоровье" без сахара	200	5	0,4	0,05	2,5	12,25	4,2	1,19	1,19	0,21	-	-	-	-	-	-	70	-	0,27	-		
-	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>160,92</b>	<b>22,05</b>	<b>24,65</b>	<b>56,3</b>	<b>540,25</b>	<b>28,64</b>	<b>37,19</b>	<b>179,79</b>	<b>4,1</b>	<b>493</b>	<b>8,14</b>	<b>2</b>	<b>73,44</b>	<b>0,13</b>	<b>0,14</b>	<b>0,01</b>	<b>86</b>	<b>4,09</b>	<b>0</b>		
<b>Обед - Льготники 1-4 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет</b>																							
ттк 185 сен. (м. раст)	Салат "Нежность"	60	28,65	2,29	4,86	4,5	70,8	19,2	19,8	33,6	0,8	73,9	3,26	4,11	15,48	0,03	0,06	3	0,91	2,34	0,31		
ттк25 б(сен.	Уха деликатесная (горб.) рыба	250/30	55,76	7,34	2,72	17,2	119,7	226	177	241	1,37	227,11	14,6	12,6	122,7	0,24	0,06	22	26	0,97	-		
ттк13	Зразы рубленые с яйцом	90	85	11,81	15,6	19,5	265	25,2	23	245,7	1,8	227,6	5,79	0,5	60,5	0,07	0,09	5	0,7	1,8	-		
тк 13 (сен)	Капуста тушеная	150	26,74	1,8	2,3	22,8	109	90	29	59	1,2	423,3	4,49	0,44	14,96	0,04	0,05	27	0,11	0,3	-		
тк 14	Компот из свежих яблок без сахара	200	20	0,16	0,16	4,24	19,04	7	4	4	1	97,5	0,44	0,07	0,14	0,01	0,01	2	1,5	0,1	-		
-	Хлеб дарницкий	25	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>221,15</b>	<b>24,79</b>	<b>25,92</b>	<b>78,49</b>	<b>635,04</b>	<b>367,44</b>	<b>252,8</b>	<b>583,3</b>	<b>6,32</b>	<b>387,4</b>	<b>29,98</b>	<b>19,52</b>	<b>221,78</b>	<b>0,43</b>	<b>0,35</b>	<b>29,22</b>	<b>59</b>	<b>6,49</b>	<b>0,31</b>		
	<b>Всего за день</b>		<b>382,07</b>	<b>46,84</b>	<b>50,57</b>	<b>134,78</b>	<b>1175,29</b>	<b>396,08</b>	<b>289,99</b>	<b>763,09</b>	<b>10,42</b>	<b>580,4</b>	<b>38,12</b>	<b>21,52</b>	<b>295,22</b>	<b>0,56</b>	<b>0,49</b>	<b>29,23</b>	<b>145</b>	<b>10,58</b>	<b>0,31</b>		

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: 290D4D9F8AB46F168B3CF2F3CA83B1D2973D2465 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (технолог)

Действителен: с 31.08.2023 по 30.11.2024