



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 Н.А. Квасова  
 Неделя: 2  
 День: 3

УТВЕРЖДАЮ:  
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF  
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
 Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

**МЕНЮ**  
 29 Января 2025  
 Лыготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (ккал/ри)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
<b>Завтрак - Лыготники 1-4 классов ( Лыготники )</b>																					
ттк3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	165	108	12.9	11.7	37.5	355	56	10	47	.24	135	10	26	28	.03	.12	19.8	-	.01	
TK38	Яблоко	120	37.96	.48	.48	11.76	36.92	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.02	.02	12	-	.02	
ттк 103	Какао с молоком	200	21	2.5	2.5	22.4	107	121	14	90	1	105	-	-	10.78	.04	-	1	.01	-	
ттк 243	Батон столовый	30	8	1.88	-	12.85	60.7	4.75	16.25	3.25	-	166	1.1	2	4.8	.03	.01	-	-	.43	
	<b>Итого</b>		<b>174.96</b>	<b>17.76</b>	<b>14.88</b>	<b>84.51</b>	<b>559.62</b>	<b>200.95</b>	<b>51.05</b>	<b>153.45</b>	<b>4.18</b>	<b>739.6</b>	<b>14.2</b>	<b>28.12</b>	<b>53.18</b>	<b>.12</b>	<b>.53</b>	<b>19.81</b>	<b>13.12</b>	<b>.45</b>	<b>.01</b>
<b>Обед - Лыготники 1-4 классов ( Лыготники )</b>																					
TK № 203	Салат из свежих огурцов с луком и яйцом	60	27	2.62	7.75	.93	83.94	15.6	42.3	7.26	.59	-	-	-	-	.02	-	2.91	37.2	2.78	-
ттк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	33.66	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26
ттк420 (январь)	Рагу из птицы	200	85	13.67	20.4	34.79	365.79	146.8	229.5	260.1	2.47	-	-	-	-	.18	-	.01	23.32	36	-
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	
ттк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>173.66</b>	<b>23.11</b>	<b>34.09</b>	<b>98.5</b>	<b>777.43</b>	<b>237.86</b>	<b>385.23</b>	<b>370.31</b>	<b>8.61</b>	<b>464</b>	<b>10.26</b>	<b>3.65</b>	<b>42.3</b>	<b>.38</b>	<b>.09</b>	<b>90.52</b>	<b>23.52</b>	<b>39.78</b>	<b>.26</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>348.62</b>	<b>40.87</b>	<b>48.97</b>	<b>183.01</b>	<b>1337.05</b>	<b>438.81</b>	<b>436.28</b>	<b>523.76</b>	<b>12.79</b>	<b>1203.6</b>	<b>24.48</b>	<b>31.77</b>	<b>95.48</b>	<b>.62</b>	<b>110.33</b>	<b>36.64</b>	<b>40.23</b>	<b>.27</b>	
<b>Завтрак - Лыготники 5-11 классов ( Лыготники )</b>																					
ттк 3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	170/20	120	17.85	17.85	66.94	189.55	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
TK38	Яблоко	120	22	.48	.48	11.76	48	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	.12	9.6	.02	.02	12	-	.02	
ттк 103	Какао с молоком	200	21	2.5	2.5	22.4	107	121	14	90	1	105	-	-	10.78	.04	-	1	.01	-	
ттк 243	Батон столовый	50	8	3.13	.33	21.42	81.17	7.92	27.08	5.42	-	276.67	1.83	3.33	8	.05	.02	-	-	.72	
	<b>Итого</b>		<b>171</b>	<b>23.96</b>	<b>21.16</b>	<b>122.52</b>	<b>425.72</b>	<b>148.12</b>	<b>51.88</b>	<b>108.62</b>	<b>4.14</b>	<b>715.27</b>	<b>4.93</b>	<b>3.45</b>	<b>28.38</b>	<b>.11</b>	<b>.24</b>	<b>.01</b>	<b>13</b>	<b>.74</b>	<b>0</b>
<b>Обед - Лыготники 5-11 классов ( Лыготники )</b>																					
TK № 203	Салат из свежих огурцов с луком и яйцом	60	27	2.62	7.75	.93	83.94	15.6	42.3	7.26	.59	-	-	-	-	.02	-	2.91	37.2	2.78	-
ттк 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	33.7	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	.55	28.3	.08	.06	16.6	30	-	.26
ттк420 (сен)	Рагу из птицы,	225	85	16.25	16.25	49	407	146.8	229.5	260.1	2.47	161	3.52	11.2	114.4	.18	.12	.01	23.32	36	-
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	
ттк39	Сок разливной	200	18	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	.02	-	4	-	-	
	<b>Итого</b>		<b>173.7</b>	<b>25.69</b>	<b>29.94</b>	<b>112.71</b>	<b>818.64</b>	<b>237.86</b>	<b>385.23</b>	<b>370.31</b>	<b>8.61</b>	<b>625</b>	<b>13.8</b>	<b>14.85</b>	<b>156.7</b>	<b>.38</b>	<b>.21</b>	<b>90.52</b>	<b>23.52</b>	<b>39.78</b>	<b>.26</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>344.7</b>	<b>49.65</b>	<b>51.1</b>	<b>235.23</b>	<b>1244.36</b>	<b>385.98</b>	<b>437.14</b>	<b>478.93</b>	<b>12.75</b>	<b>340.27</b>	<b>18.73</b>	<b>18.3</b>	<b>185.08</b>	<b>.49</b>	<b>.45</b>	<b>90.53</b>	<b>36.52</b>	<b>40.52</b>	<b>.26</b>

Заведующий  
 столовой  
 (должность)

Мед.работник  
 (должность)

Технолог отдела питания  
 (должность)

*Центрова*  
 (подпись)

Г.Р. Центрова  
 (расшифровка подписи)

*Кусакина*  
 (подпись)

Т.В. Кусакина  
 (расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D1210F8  
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна  
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

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: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811A

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

**МЕНЮ**

29 Января 2025

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	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 - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )</b>																					
ТТК3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	165	108	13.3	16.85	33.6	335	56	10	47	.24	135	10	26	28	.03	.12	19.8	-	.01	
ТК38	Яблоко	110	35	.	.	10	40	17.6	9.9	12.1	2.42	305.8	2.2	.11	8.8	.03	.02	11	-	.02	-
ТК 37	Какао с витаминами "Витошка"	200	21	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	.	2	20	.	.15	15	130	-	2.5
ТТК 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	8	1.88	.	12.85	58.2	4.75	16.25	3.25	.	166	1.1	2	4.8	.03	.01	-	-	.43	-
	Итого		172	19.15	19.75	82.45	584.48	299.35	50.15	252.35	3.96	752.8	14.2	30.11	61.6	.39	.48	149.8	26.12	.45	2.51
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( Диета-Фенилкетонурия-5-11кл. ), Фенилкетонурия</b>																					
	Помидор свежий	60	34	.76	.12	2.81	14.4	11.34	13.02	16.74	.54	144.96	.42	.	10.02	.04	.02	15	-	.21	-
ТК 213	Котлеты капустные	100	30.56	6.22	12.55	10.18	178.11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ТК80 (март)	Картофель тушеный	180	52	5.1	6.3	34	309	17	26	48	4.1	565	5.28	.29	31.68	.08	.06	29	-	-	6.6
ТК38	Яблоко	100	35	.	.	9.8	47	16	9	11	2.2	278	2	.	8	.03	.02	10	-	.02	-
	Сок с трубочкой	200	35	-	-	25	80.8	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.02	-	4	-	-	-
ТК10.	Чай с сахаром	200	3	.	.	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Итого		189.56	12.68	19.37	91.79	670.31	63.34	66.02	91.74	10.64	287.96	7.7	.59	49.7	.17	.	0	58	.23	6.6
<b>Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) ( завтрак 5-11 классы родительская плата )</b>																					
ТТК 3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	170/20	126	17.85	17.85	66.94	189.55	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ТК38	Яблоко	120	35	.48	.48	11.76	48	19.2	10.8	13.2	2.64	-	-	-	.02	-	12	-	.02	-	
ТК 37	Какао с витаминами "Витошка"	200	27.74	3.77	2.5	26	151.28	221	14	190	1	146	.	2	20	.	.15	15	130	-	2.5
ТТК 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	10	1.88	.	12.85	60.7	4.75	16.25	3.25	.	166	1.1	2	4.8	.03	.01	-	-	.43	-
	Итого		198.74	23.98	21.03	117.55	449.53	244.95	41.05	206.45	3.94	312	2	4	24.8	.35	.16	130	27	.45	2.5

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 Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

