

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ "СОШ №4"
 О.А. Исянгулова

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"
 В.Ю. Лыкова

Неделя: 1
 День: 3

МЕНЮ
 7 февраля 2024г.

Сертификат: SC D2666417EA4EE15BEAD973B9E1B0E9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ)
 Действителен с 26.09.2023 по 26.12.2024

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп.	Пищевые вещ-ва			ЭЦ (кilo кал)	Минеральные вещества										Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D		
																						МГ	МГ
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																							
тк 18	Рис отварной	150	22,48	3,6	5,76	37,56	229,2	10	26	70	0,02	41	0,6	6,1	22	0,9	0,01	0,04	1	0,42	-		
тк216	Тефтели рыбные в томатном соусе.	100	50,8	15,47	7,04	12	225	36	20	126	1	108	44	39	378	0,07	0,12	1	0,01	2	-		
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	5,22	0,3	-	15	44,13	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-		
-	хлеб "Пшеничный"	30	4,5	2,38	0,24	14,64	70,2	0,04	-	-	0,01	27,96	0,96	1,8	4,36	0,34	6	0,01	-	0,34	-		
-	Итого	83		21,75	13,04	79,2	588,53	54,04	51	206	2,03	210,96	45,56	46,9	404,36	2,31	6,13	1,01	4,05	2,76	0		
Завтрак - Льготники 1-4 классов (Льготники)																							
-	Огурец свежий (порционно)	60	28,16	1,3	0,06	3,8	12	11,5	21	7	0,3	84	1,8	0,18	10,2	0,02	0,03	7,2	-	0,05	-		
тк 18	Рис отварной	150	22,48	3,6	5,76	37,56	229,2	10	26	70	0,02	41	0,6	6,1	22	0,9	0,01	0,04	1	0,42	-		
тк 216	Тефтели рыбные в томатном соусе.	130	79,64	15,47	7,04	12	225	36	20	126	1	108	44	39	378	0,07	0,12	1	0,01	2	-		
-	Яблоко	100	26	0,4	0,4	9,8	47	16	9	11	2,2	276	2	0,1	8	0,03	0,02	10	-	0,02	-		
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	5,22	0,3	-	10,64	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-		
-	хлеб "Пшеничный"	25	4,5	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	166		23,05	13,46	86	616,7	81,53	81	224	4,53	568,3	49,2	46,88	421,83	2,3	5,18	1,01	21,25	2,77	0		
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																							
тк31 7январь	Салат "Мозайка"	60	20	1	5	12,6	94	33	10	95	1	108	6,9	11	22	0,03	0,15	3	0,1	-	0,9		
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	2,5	4,8	33,3	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 199	Юшка гороховая с копченостями	250	45	8,92	10,94	25	199	240	138	147	2,9	413	4	2,43	27,4	0,33	0,06	12	-	1,72	-		
тк -121/1	Печень по-строгановски	100	70,5	10,4	9,6	5,9	123	14	15	431	5	158,67	4,4	22,74	133,1	0,19	1,15	13	13	5,58	-		
-	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	57,5	2,22	2,68	11,73	67,47	235	30	196	0,15	129	-	-	-	0,2	0,2	2	22	-	-		
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	15	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	-		
тк39	Сок разливной	200	25	-	-	19,2	80,8	14	14	8	2,8	-	-	-	-	0,02	-	4	-	0,2	-		
-	Итого	248		29,17	33,57	131,11	870,62	562,7	281,4	937,45	13,89	992,47	20,52	39,27	216,74	0,92	1,62	35,14	34,01	9,26	0,97		
-	Всего за день	414		52,22	47,03	217,11	1487,32	344,23	362,4	161,4	418,42	560,7	69,72	86,15	538,57	3,22	6,8	36,15	55,26	12,03	0,97		
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																							
-	Огурец свежий (порционно)	80	37,56	1,85	0,08	0,8	9,6	17,52	17,6	24,8	0,43	112,8	2,4	0,24	13,6	0,02	0,03	8	8	-	-		
тк 216	Тефтели рыбные в томатном соусе.	130	79,64	15,47	7,04	12	225	36	20	126	1	108	44	39	378	0,07	0,12	1	0,01	2	-		
тк18	Рис отварной	180	27	6,15	7,9	48	288	4,5	22,8	91	0,9	83	1,23	13,29	44	0,03	0,03	-	0,07	0,4	0,65		
-	Яблоко	100	26	0,4	0,4	9,8	47	16	9	11	2,2	276	2	0,1	8	0,03	0,02	10	-	0,02	-		
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	5,22	0,3	-	10,64	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-		
-	хлеб "Пшеничный"	50	9	3,96	0,4	24,4	117	0,06	-	-	0,02	46,6	1,6	3	7,26	0,56	10	0,02	-	0,56	-		
-	Итого	184,42		27,93	15,82	105,64	731,6	82,08	74,4	202,8	5,55	662,4	51,23	55,63	450,86	1,71	10,2	8,08	22,02	2,98	0,65		
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																							
тк31 7январь	Салат "Мозайка"	100	17,66	1,67	8,33	20,83	156,67	55	16,67	158,33	1,67	180	11,5	18,33	36,67	0,05	0,25	5	0,17	-	1,5		
тк 5	Макаронные изделия отварные	180	14,36	3,6	5,76	37,56	229,2	15,84	10,08	51,84	1,15	122,4	1,58	-	24,29	0,08	0,04	-	0,05	1,15	0,08		
тк 199	Юшка гороховая с копченостями	250	45	8,92	10,94	25	199	240	138	147	2,9	413	4	2,43	27,4	0,33	0,06	12	-	1,72	-		
тк -121/1	Печень по-строгановски	125	65,26	13	12	7,38	191,25	17,5	18,75	538,75	6,25	198,34	5,5	28,43	166,38	0,24	1,44	16,25	16,25	6,98	-		
-	Йогурт фруктовый(живые культуры)	115	52,3	2,22	2,68	11,73	67,47	235	30	196	0,15	129	-	-	-	0,2	0,2	2	22	-	-		
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	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	-		
тк39	Сок разливной	200	25	-	-	25	80,8	14	14	8	2,8	-	-	-	-	0,02	-	4	-	0,2	-		
-	Итого	229,58		33,54	40,26	150,98	1039,74	590,84	293,5	117,1	16	124,54	26,48	52,29	268,74	1	2,02	36,47	39,26	10,85	1,58		
-	Всего за день	414		61,47	56,08	256,62	1771,34	372,93	367,9	379,92	1,55	786,84	77,71	107,92	719,6	2,71	12,62	46,55	61,28	13,83	2,23		

Технолог отдела питания
 (подпись) (должность)

Директор
 (подпись) (должность)

Сертификат: 290D4D9F8AB46F168B3CE2F3C78878
 Кому выдан: Коринетно Прина Иванова (технолог)
 Действителен с 31.08.2023 по 30.11.2024