

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

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

Неделя: 1  
День: 5

## МЕНЮ

3 Октября 2025г

завтрак 1-4 классы; Льготники; завтрак 1-4 классы

В.Ю. Лыкова  
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 37C4C7A121C1E611EPD9778E083D7A43AC4811AF  
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА  
Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

| №<br>сб.<br>рец.                                               | Наименование блюда                                                   | Выход<br>гр./мл. | Цена<br>руб,коп | Пищевые<br>вещ-ва, |       |        | ЭЦ<br>(кп<br>о<br>кало<br>рии) | 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  |    |    |
| Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )          |                                                                      |                  |                 |                    |       |        |                                |                      |        |        |      |        |       |       |        |          |     |        |       |      |     |    |    |
| ттк453                                                         | Каша молочная овсяная из<br>хлопьев "Геркулес" с маслом<br>сливочным | 205              | 40              | 6.1                | 8.6   | 30.8   | 233.5                          | 147                  | 32.2   | 155.7  | .45  | 151    | 8.92  | 9.76  | 37     | .07      | .12 | 1.56   | 44    | .17  | -   |    |    |
| тк 38                                                          | Груша                                                                | 125              | 74              | 1.5                | -     | 10     | 55.9                           | 23.75                | 15     | 20     | 2.88 | 193.75 | 1.25  | .13   | 12.5   | .02      | .04 | 6.25   | 2.5   | -    | -   |    |    |
| тк10.                                                          | Чай с сахаром                                                        | 200              | 3               | -                  | -     | 10     | 41                             | 5                    | 4      | 8      | 1    | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -      | -     | -    | -   |    |    |
| ттк 243/2                                                      | Батон витаминный " На здоровье"                                      | 30               | 10              | 1.88               | 1.2   | 12.85  | 60.7                           | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | -    | 166    | 1.1   | 2     | 4.8    | .03      | .01 | -      | -     | .43  | -   |    |    |
| ттк 552                                                        | Кекс творожный                                                       | 50               | 45              | 9                  | 9     | 22     | 195.5                          | 203                  | 15.2   | 142    | .62  | -      | -     | -     | -      | .05      | -   | .14    | 42    | -    | -   |    |    |
|                                                                | Итого                                                                |                  | 172             | 18.68              | 19.3  | 85.65  | 586.6                          | 383.5                | 82.65  | 328.95 | 5.25 | 510.75 | 11.27 | 11.89 | 54.3   | .17      | .17 | 88.5   | 7.95  | 1.1  | 0   |    |    |
| Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на молоко ) |                                                                      |                  |                 |                    |       |        |                                |                      |        |        |      |        |       |       |        |          |     |        |       |      |     |    |    |
| ттк 489,                                                       | Котлета по-волжски.                                                  | 80               | 55              | 13.2               | 24.87 | 1.25   | 281.63                         | -                    | -      | -      | -    | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -      | -     | -    | -   |    |    |
| тк 72<br>(март).                                               | Картофель отварной. с маслом<br>растит.                              | 150              | 30              | 3                  | 7.65  | 23.85  | 181.5                          | -                    | -      | -      | -    | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -      | -     | -    | -   |    |    |
| тк 38                                                          | Груша                                                                | 125              | 74              | 1.5                | -     | 10     | 55.9                           | 23.75                | 15     | 20     | 2.88 | 193.75 | 1.25  | .13   | 12.5   | .02      | .04 | 6.25   | 2.5   | -    | -   |    |    |
| тк10.                                                          | Чай с сахаром                                                        | 200              | 3               | -                  | -     | 10     | 41                             | 5                    | 4      | 8      | 1    | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -      | -     | -    | -   |    |    |
| ттк 243/2                                                      | Батон витаминный " На здоровье"                                      | 30               | 10              | 1.88               | 1.2   | 12.85  | 60.7                           | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | -    | 166    | 1.1   | 2     | 4.8    | .03      | .01 | -      | -     | .43  | -   |    |    |
|                                                                | Итого                                                                |                  | 172             | 19.78              | 34.32 | 57.95  | 620.73                         | 33.5                 | 35.25  | 31.25  | 4.18 | 359.75 | 2.35  | 2.13  | 17.3   | .05      | .05 | 2.5    | 6.25  | .93  | 0   |    |    |
| Завтрак - Льготники 1-4 классов ( Льготники )                  |                                                                      |                  |                 |                    |       |        |                                |                      |        |        |      |        |       |       |        |          |     |        |       |      |     |    |    |
| ттк453                                                         | Каша молочная овсяная из<br>хлопьев "Геркулес" с маслом<br>сливочным | 205              | 40              | 6.1                | 8.6   | 30.8   | 233.5                          | 147                  | 32.2   | 155.7  | .45  | 151    | 8.92  | 9.76  | 37     | .07      | .12 | 1.56   | 44    | .17  | -   |    |    |
| тк10.                                                          | Чай с сахаром                                                        | 200              | 3               | -                  | -     | 10     | 41                             | 5                    | 4      | 8      | 1    | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -      | -     | -    | -   |    |    |
| ттк 548                                                        | Йогурт с фруктовым<br>наполнителем                                   | 120              | 74              | 3.6                | 2.9   | 14.44  | 88                             | 181                  | 30     | 196    | .15  | 129    | -     | -     | -      | .05      | -   | 1.35   | 22    | -    | -   |    |    |
| ттк 243/2                                                      | Батон витаминный " На здоровье"                                      | 30               | 10              | 1.88               | 1.2   | 12.85  | 60.7                           | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | -    | 166    | 1.1   | 2     | 4.8    | .03      | .01 | -      | -     | .43  | -   |    |    |
| ттк 552                                                        | Кекс творожный                                                       | 50               | 45              | 9                  | 9     | 23     | 195.5                          | 203                  | 15.2   | 142    | .62  | -      | -     | -     | -      | .05      | -   | .14    | 42    | -    | -   |    |    |
|                                                                | Итого                                                                |                  | 172             | 20.78              | 21.7  | 91.09  | 618.7                          | 540.75               | 97.65  | 504.95 | 2.52 | 446    | 10.02 | 11.76 | 41.8   | -        | .33 | 108    | 3.05  | -    | 0   |    |    |
| Обед - Льготники 1-4 классов ( Льготники )                     |                                                                      |                  |                 |                    |       |        |                                |                      |        |        |      |        |       |       |        |          |     |        |       |      |     |    |    |
| ттк171                                                         | Салат из свеклы с сыром                                              | 60               | 25              | 2.39               | 5.22  | 3.92   | 64                             | 129                  | 70.61  | 130    | .66  | 128.3  | 4     | 1.51  | 8.8    | .01      | .04 | 4.32   | 18.9  | 2.21 | .08 |    |    |
| тк 28(<br>sep)                                                 | Суп-лапша домашняя с птицей и<br>зеленью                             | 250/15           | 40              | 3.58               | 3.7   | 28     | 128                            | 28.75                | 44.75  | 35     | .95  | 87.2   | 4.8   | 8     | 42     | .05      | .09 | 1      | 5     | .38  | -   |    |    |
| ттк 260                                                        | Голубцы ленивые с соусом<br>сметанно-томатным                        | 120              | 95              | 15.49              | 18.73 | 10.66  | 273.21                         | 33.09                | 17.61  | 98.85  | 1.35 | -      | -     | -     | -      | .07      | -   | 16.51  | 47    | 5.25 | -   |    |    |
| тк №<br>35<br>(март)                                           | Картофельное пюре.                                                   | 150              | 34              | 2.54               | 5.44  | 20.3   | 132                            | 47                   | 29     | 85     | 1.1  | 471    | 4.4   | .24   | 26.4   | .14      | .06 | 5      | .05   | -    | .06 |    |    |
| -                                                              | Хлеб пшеничный + хлеб<br>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 | .01    | -     | -    | -   |    |    |
| ттк283                                                         | Компот из яблок и груш                                               | 200              | 21              | -                  | -     | 27.9   | 115                            | 7                    | 4      | 4      | 1    | 57.5   | .44   | .06   | .14    | .01      | -   | 2      | -     | -    | -   |    |    |
| -                                                              | Печенье                                                              | 50               | 33              | 1.88               | 1.5   | 25     | 154                            | 42                   | 20.4   | 13.2   | .12  | 33     | -     | -     | -      | .07      | .02 | -      | -     | .24  | -   |    |    |
|                                                                | Итого                                                                |                  | 258             | 30.21              | 35.14 | 139.26 | 981.56                         | 300.34               | 252.37 | 383.3  | 6.26 | 858.8  | 17.54 | 12.91 | 91.34  | .43      | .24 | 70.95  | 28.84 | 9.18 | .54 |    |    |
|                                                                | Всего за день                                                        |                  | 430             | 50.99              | 56.84 | 230.35 | 1600.26                        | 841.09               | 350.02 | 388.25 | 8.78 | 1304.8 | 27.56 | 24.67 | 133.14 | .63      | .57 | 178.95 | 31.89 | 9.78 | .54 |    |    |

Заведующий  
столовой  
(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1F5531DD7E8D13E2709350267A9BD2A8D1DA693E  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна  
Действителен: с 18.08.2025 по 18.11.2026

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

Неделя: 1  
День: 5

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

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

## МЕНЮ

3 Октября 2025

Льготники

| №<br>сб.<br>рец.                                                         | Наименование блюда                    | Выход<br>гр./мл. | Цена<br>руб,коп | Пищевые<br>вещ-ва, |       |        | ЭЦ<br>(ккл<br>о<br>кало<br>рии) | 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  |    |    |
| Завтрак - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на говядину,молоко ) |                                       |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |     |       |       |       |     |    |    |
| тк.216                                                                   | Тефтели рыбные в томатном соусе.      | 130              | 75              | 15.47              | 7.04  | 12     | 225                             | 36                   | 20     | 126    | 1     | 108    | 44    | 39    | 378    | .07      | .12 | 1     | .01   | 2     | -   |    |    |
| ткк №<br>54<br>(сотр)                                                    | Каша пшениная вязкая с луком          | 150              | 20              | 3.4                | 7.1   | 30.5   | 212                             | 100                  | 41     | 153    | 2     | 135.8  | .     | .     | 9      | .14      | .02 | 1     | .04   | .     | -   |    |    |
| -                                                                        | Слива                                 | 100              | 74              | 1.5                | .     | 10     | 55.9                            | 30                   | 9      | 20     | .     | 278    | 1.76  | .26   | 7.04   | .04      | .02 | 10    | -     | .06   | -   |    |    |
| тк10.                                                                    | Чай с сахаром                         | 200              | 3               | .                  | -     | 10     | 41                              | 5                    | 4      | 8      | 1     | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |    |
| ткк<br>243/2                                                             | Батон витаминный " На здоровье"       | 30               | 10              | 1.88               | 1.2   | 12.85  | 60.7                            | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | .     | 166    | 1.1   | 2     | 4.8    | .03      | .01 | -     | -     | .43   | -   |    |    |
|                                                                          | Итого                                 |                  | 182             | 22.45              | 15.84 | 75.35  | 594.6                           | 175.75               | 90.25  | 310.25 | 4.8   | 687.8  | 47.76 | 41.36 | 398.84 | .28      | .17 | .05   | 12    | 2.59  | 0   |    |    |
| Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия на говядину,молоко )    |                                       |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |     |       |       |       |     |    |    |
| ткк171                                                                   | Салат из свеклы с сыром               | 60               | 25              | 2.39               | 5.22  | 3.92   | 64                              | 129                  | 70.61  | 130    | .66   | 128.3  | 4     | 1.51  | 8.8    | .01      | .04 | 4.32  | 18.9  | 2.21  | .08 |    |    |
| тк 28(<br>сер)                                                           | Суп-лапша домашняя с птицей и зеленью | 250/15           | 40              | 3.58               | 3.7   | 28     | 128                             | 28.75                | 44.75  | 35     | .95   | 87.2   | 4.8   | 8     | 42     | .05      | .09 | 1     | 5     | .38   | .   |    |    |
| -                                                                        | Поджарка из свинины                   | 50/15            | 95              | 13.9               | 9.6   | 4      | 163                             | 14                   | 43     | 15     | 5     | -      | -     | -     | -      | .        | -   | .13   | 5.5   | 3.2   | -   |    |    |
| тк 72<br>(март),                                                         | Картофель отварной. с маслом растит.  | 150              | 34              | 3                  | 7.65  | 23.85  | 181.5                           | -                    | -      | -      | -     | -      | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |    |
| -                                                                        | 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 | .01   | -     | .     | -   |    |    |
| ткк283                                                                   | Компот из яблок и груш                | 200              | 21              | .                  | -     | 27.9   | 115                             | 7                    | 4      | 4      | 1     | 57.5   | .44   | .06   | .14    | .01      | -   | 2     | -     | .     | -   |    |    |
| -                                                                        | Вафли                                 | 50               | 33              | 1.5                | 1.5   | 15     | 74                              | 12                   | 10     | 45     | 1.05  | -      | -     | -     | -      | .04      | -   | -     | 5     | 1.75  | -   |    |    |
|                                                                          | Итого                                 |                  | 258             | 28.7               | 28.22 | 126.15 | 840.85                          | 204.25               | 238.36 | 246.25 | 9.74  | 354.8  | 13.14 | 12.67 | 64.94  | .39      | .16 | 34.4  | 7.46  | 8.44  | .48 |    |    |
|                                                                          | Всего за день                         |                  | 440             | 51.15              | 44.06 | 201.5  | 1435.45                         | 380                  | 328.61 | 556.5  | 14.54 | 1042.6 | 60.9  | 54.03 | 463.78 | .67      | .33 | 34.45 | 19.46 | 11.03 | .48 |    |    |

Заведующий  
столовой  
(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1F5531DD7E8D13E2709350267A9BD2A8D1DA69343  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна  
Действителен: с 18.08.2025 по 18.11.2026