

СОГЛАСОВАНО

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

Неделя: 2

День: 4

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811A1

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА

Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

## МЕНЮ

6 Ноября 2025

Льготники

| №<br>сб.<br>реп.                                                        | Наименование блюда                    | Выход<br>гр./мл. | Цена<br>руб,коп | Пищевые<br>вещ-ва, |       |        | ЭЦ<br>(кил<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 мол.изд +говядина ) |                                       |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |       |        |       |        |       |       |         |          |     |       |       |      |     |    |    |
| тТК546                                                                  | Помидор свежий (порционно)            | 60               | 28              | .55                | .     | 1.9    | 12                              | 8.4                  | 12    | 15.6   | .54   | 145    | .     | .     | 10      | .04      | .02 | 15    | -     | .04  | -   |    |    |
| тТК 560                                                                 | Наггетсы рыбные в панировке           | 90               | 75              | 10.14              | 7.61  | 15.48  | 225.17                          | 21.6                 | 28.8  | 198    | .72   | -      | -     | -     | -       | .18      | -   | -     | .09   | 2.88 | -   |    |    |
| тТК 72<br>(январ.)                                                      | Картофель отварной                    | 150              | 30              | 3                  | 7.65  | 23.85  | 181.5                           | -                    | -     | -      | -     | -      | -     | -     | -       | -        | -   | -     | -     | -    | -   |    |    |
| -                                                                       | Печенье галетное                      | 25               | 24              | 1.5                | .     | 19     | 50                              | -                    | -     | -      | -     | -      | -     | -     | -       | -        | -   | -     | -     | -    | -   |    |    |
| тТК10.                                                                  | Чай с сахаром                         | 200              | 5               | .                  | -     | 10     | 41                              | 5                    | 4     | 8      | 1     | -      | -     | -     | -       | -        | -   | -     | -     | -    | -   |    |    |
| тТК243                                                                  | Хлеб ржаной дарницкий                 | 25               | 6               | 1.4                | .28   | 10.25  | 51.5                            | 7.25                 | 37.5  | 11.75  | .95   | 78     | 1.4   | 1.8   | 8       | .04      | .08 | -     | -     | .98  | -   |    |    |
|                                                                         | Итого                                 |                  | 168             | 16.79              | 16.14 | 80.48  | 561.17                          | 42.25                | 82.3  | 233.35 | 3.21  | 223    | 1.8   | 2     | 18      | .26      | .   | .09   | 15    | 3.9  | 0   |    |    |
| Обед - Льготники 1-4 классов ( доп.инф. аллергия мол.изд +говядина )    |                                       |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |       |        |       |        |       |       |         |          |     |       |       |      |     |    |    |
| тТК 11                                                                  | Винегрет овощной                      | 60               | 25              | .84                | 5.06  | 3.96   | 73.8                            | 22.8                 | 11.4  | 21.6   | .     | 124.5  | 1.8   | .15   | 10.14   | .01      | .02 | 9     | .15   | -    | -   |    |    |
| тТК 82<br>(март)                                                        | Суп крестьянский с крупой с мясом     | 250/15           | 45              | 2.6                | 5.3   | 14.3   | 116                             | -                    | -     | -      | -     | -      | -     | -     | -       | -        | -   | -     | -     | -    | -   |    |    |
| тТК 22/<br>1 (январ)                                                    | Птица отварная                        | 100              | 105             | 13.7               | 10    | 19     | 215                             | 30                   | 25    | 50     | -     | 195    | 3.52  | 11.2  | 11440   | .06      | .12 | 21    | 24    | -    | -   |    |    |
| тТК 2                                                                   | Каша гречневая рассыпчатая            | 150              | 25              | 7.6                | 5.61  | 37.33  | 230.15                          | 13.2                 | 180.3 | 420    | 4.03  | 226    | 1.9   | 3.54  | .       | .26      | -   | .02   | -     | 20   | .01 |    |    |
| -                                                                       | 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              | 26              | -                  | -     | 22.4   | 90                              | 14                   | 14    | 8      | 2.8   | 300    | -     | -     | -       | .04      | .02 | 4     | -     | .    | -   |    |    |
|                                                                         | Итого                                 |                  | 236             | 28.87              | 26.52 | 120.47 | 840.3                           | 93.5                 | 296.7 | 516.85 | 8.51  | 927.3  | 11.12 | 17.99 | 1464.34 | .45      | .19 | 24.15 | 34.02 | 21   | .01 |    |    |
|                                                                         | Всего за день                         |                  | 404             | 45.66              | 42.66 | 200.95 | 1401.47                         | 135.75               | 379   | 750.2  | 11.72 | 1150.3 | 12.92 | 19.99 | 1482.34 | .71      | .29 | 24.24 | 49.02 | 24.9 | .01 |    |    |

Заведующий

столовой

(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1F5531D07E8D13E2709350267A9B1D2A8D1DA69 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна

Действителен: с 18.08.2025 по 18.11.2026

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

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

Неделя: 2  
День: 4

МЕНЮ  
6 ноября 2025

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

завтрак 1-4 классы; завтрак 1-4 классы; Лыготники

| №<br>сб.<br>реп.                                                     | Наименование блюда                              | Выход<br>гр./мл. | Цена<br>руб, коп | Пищевые<br>вещ-ва, |       |        | ЭЦ<br>(ккал<br>о<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 |
| 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 ( доп.инф. аллергия на курица +яйца ) |                                                 |                  |                  |                    |       |        |                          |                      |       |        |       |       |       |       |        |          |     |       |       |       |     |    |
| тк546                                                                | Помидор свежий (порционно)                      | 60               | 30               | .55                | .     | 1.9    | 12                       | 8.4                  | 12    | 15.6   | .54   | 145   | .     | .     | 10     | .04      | .02 | 15    | -     | .04   | -   |    |
| тк №<br>63<br>(сотр)                                                 | Биточки паровые                                 | 100              | 85               | 12                 | 14.56 | 25     | 173                      | 5                    | 9     | 71     | 1     | 135   | 3.17  | -     | 27     | .02      | .12 | -     | 18    | -     | .01 |    |
| тк72<br>(январь)                                                     | Картофель отварной с зеленью                    | 150/2            | 34               | 2.9                | 4.7   | 23.5   | 231                      | 21                   | 30    | 79     | 1.2   | 471   | 4.4   | .24   | 26.4   | .15      | .05 | 21    | .04   | .     | .65 |    |
| тк38                                                                 | Яблоко                                          | 100              | 16               | .                  | .     | 9.8    | 47                       | 16                   | 9     | 11     | 2.2   | 278   | 2     | .     | 8      | .03      | .02 | 10    | -     | .02   | -   |    |
| тк10.                                                                | Чай с сахаром                                   | 200              | 3                | .                  | -     | 10     | 41                       | 5                    | 4     | 8      | 1     | -     | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |
| тк243                                                                | Хлеб ржаной дарницкий                           | 25               | 4.5              | 1.4                | .28   | 10.25  | 51.5                     | .04                  | -     | -      | .35   | -     | -     | -     | -      | 7.21     | -   | 37.5  | 11.75 | .98   | -   |    |
|                                                                      | Итого                                           |                  | 172.5            | 17.45              | 20.04 | 80.45  | 555.5                    | 55.44                | 64    | 184.6  | 6.29  | 1029  | 9.97  | .54   | 71.4   | 7.45     | .21 | 29.79 | 83.5  | 1.24  | .66 |    |
| Завтрак - Учащиеся 1-4 классов ( завтрак 1-4 классы )                |                                                 |                  |                  |                    |       |        |                          |                      |       |        |       |       |       |       |        |          |     |       |       |       |     |    |
| тк546                                                                | Помидор свежий (порционно)                      | 60               | 30               | .55                | .     | 3.8    | 12                       | 8.4                  | 12    | 15.6   | .54   | 145   | .     | .     | 10     | .04      | .02 | 15    | -     | .04   | -   |    |
| тк 557                                                               | Биточки рубленые из птицы                       | 90               | 75               | 13                 | 12.3  | 10.94  | 193                      | -                    | -     | -      | -     | -     | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |
| тк35                                                                 | 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     | .04   | .     | .06 |    |
| тк10.                                                                | Чай с сахаром                                   | 200              | 3                | .                  | -     | 10     | 41                       | 5                    | 4     | 8      | 1     | -     | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |
| тк243                                                                | Хлеб ржаной дарницкий                           | 30               | 6                | 1.4                | .28   | 10.25  | 51.5                     | .05                  | -     | -      | .42   | -     | -     | -     | -      | 8.65     | -   | .45   | 14.1  | 1.18  | -   |    |
|                                                                      | Печенье                                         | 50               | 24               | 1.88               | 1.5   | 25     | 154                      | 42                   | 20.4  | 13.2   | .12   | 33    | -     | -     | -      | .07      | .02 | -     | -     | .24   | -   |    |
|                                                                      | Итого                                           |                  | 172              | 19.57              | 19.62 | 80.29  | 583.5                    | 102.45               | 65.4  | 121.8  | 3.18  | 649   | 4.8   | .44   | 36.4   | 8.9      | .   | 14.14 | 65    | 1.66  | .06 |    |
| Завтрак - Лыготники 1-4 классов ( Лыготники )                        |                                                 |                  |                  |                    |       |        |                          |                      |       |        |       |       |       |       |        |          |     |       |       |       |     |    |
| тк546                                                                | Помидор свежий (порционно)                      | 60               | 30               | .55                | .     | 1.9    | 12                       | 8.4                  | 12    | 15.6   | .54   | 145   | .     | .     | 10     | .04      | .02 | 15    | -     | .04   | -   |    |
| тк., 35<br>(январь)                                                  | 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 |    |
| тк 557                                                               | Биточки рубленые из птицы                       | 90               | 75               | 13                 | 12.3  | 10.94  | 193                      | -                    | -     | -      | -     | -     | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |
| тк10.                                                                | Чай с сахаром                                   | 200              | 3                | .                  | -     | 10     | 41                       | 5                    | 4     | 8      | 1     | -     | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |
| тк243                                                                | Хлеб ржаной дарницкий                           | 25               | 6                | 1.4                | .28   | 10.25  | 51.5                     | 7.25                 | 37.5  | 11.75  | .95   | 78    | 1.4   | 1.8   | 8      | .04      | .08 | -     | -     | .98   | -   |    |
|                                                                      | Печенье                                         | 50               | 24               | 1.88               | 1.5   | 25     | 154                      | 42                   | 20.4  | 13.2   | .12   | 33    | -     | -     | -      | .07      | .02 | -     | -     | .24   | -   |    |
|                                                                      | Итого                                           |                  | 172              | 19.57              | 19.62 | 78.39  | 583.5                    | 109.65               | 102.9 | 133.55 | 3.71  | 727   | 6.2   | 2.24  | 44.4   | .29      | .18 | .05   | 20    | 1.46  | .06 |    |
| Обед - Лыготники 1-4 классов ( Лыготники )                           |                                                 |                  |                  |                    |       |        |                          |                      |       |        |       |       |       |       |        |          |     |       |       |       |     |    |
| тк 11                                                                | Винегрет овощной                                | 60               | 25               | .84                | 5.06  | 3.96   | 73.8                     | 22.8                 | 11.4  | 21.6   | -     | 124.5 | 1.8   | .15   | 10.14  | .01      | .02 | 9     | .15   | -     | -   |    |
| тк82                                                                 | Суп крестьянский с крупой , мясом<br>и сметаной | 250/15/10        | 55               | 2.6                | 5.3   | 24.3   | 126                      | 34                   | 20    | 68     | .     | 262.7 | 5.08  | .37   | 30.8   | .06      | .08 | 10    | .18   | -     | .65 |    |
| тк<br>№142,                                                          | Сосиска отварная                                | 100              | 100              | 11.4               | 18.2  | 20     | 266                      | 36                   | 20    | 162    | 2     | 200   | -     | -     | -      | -        | -   | -     | -     | -     | -   |    |
| тк 2                                                                 | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150              | 25               | 7.6                | 5.61  | 37.33  | 230.15                   | 13.2                 | 180.3 | 420    | 4.03  | 226   | 1.9   | 3.54  | .      | .26      | -   | .02   | -     | 20    | .01 |    |
|                                                                      | 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 | -     | -     | .     | -   |    |
|                                                                      | Кисломолочный напиток кефир                     | 200              | 43               | 2.5                | 2.5   | 8      | 45                       | 180                  | 21    | 142    | .     | 292   | 18    | 4     | 40     | .06      | .34 | 1.4   | 1.5   | -     | -   |    |
|                                                                      | Итого                                           |                  | 258              | 29.07              | 37.22 | 117.07 | 856.3                    | 299.5                | 318.7 | 830.85 | 8.81  | 1187  | 30.68 | 11.16 | 95.14  | .57      | .47 | 1.83  | 20.42 | 20.8  | .66 |    |
|                                                                      | Всего за день                                   |                  | 430              | 48.64              | 56.84 | 195.46 | 1439.8                   | 409.15               | 421.6 | 964.4  | 12.52 | 1914  | 36.88 | 13.4  | 139.54 | .86      | .65 | 1.88  | 40.42 | 22.26 | .72 |    |

Заведующий  
столовой  
(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1F5531DD7B8D13E2709350267A9BD2A8D1DA  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна  
Действителен: с 18.08.2025 по 18.11.2026