

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №4
О.А. Исянгулова

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

Неделя 3
День 2

МЕНЮ

21 Октября 2025г.

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

№ сб. реп.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кил о кало 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 (доп.инф. аллергия на мол.+ говядина+птица)																							
тк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	62	38	1.3	.	3.8	22	11.88	21.7	7.23	.31	86.8	1.86	.19	10.54	.02	.03	7.44	-	.05	-		
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	17	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07		
тк 344.	Котлета из свинины	100	105	13	15	6.42	300	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	6	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-		
тк 243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.4	.28	10.25	51.5	.05	-	-	.42	93.6	1.68	2.16	9.6	.05	.	-	-	1.18	-		
	Итого		172	18.5	20.18	68.77	609.5	33.13	35.1	60.43	2.69	316.4	4.86	2.35	40.38	1.14	.16	.04	10.44	2.19	.07		
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (завтрак 1-4 классы)																							
тк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	62	38	1.3	.	3.8	22	11.88	21.7	7.23	.31	86.8	1.86	.19	10.54	.02	.03	7.44	-	.05	-		
тк 110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13	14.3	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-		
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	17	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07		
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	6	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-		
тк 243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.4	.28	10.25	51.5	.05	-	-	.42	93.6	1.68	2.16	9.6	.05	.	-	-	1.18	-		
	Итого		172	18.5	19.48	80.55	568.5	71.13	57.1	178.83	4.19	438.4	15.66	3.89	67.98	1.19	.19	.04	13.34	6.19	.07		
Завтрак - Льготники 1-4 классов (Льготники)																							
тк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	60/2	38	.55	.	3.8	12	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-		
тк 110	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	105	13.7	15	18.2	259	38	22	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.03	2.9	-	4	-		
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	17	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07		
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	6	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-		
тк 243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-		
	Итого		172	18.73	20.24	82.6	568.8	70.75	56.4	178.6	4.18	402	13.92	1.72	58.04	9.79	.09	14.14	58.1	6.19	.07		
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																							
тк 189	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	30	3.4	6.06	4.14	48	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
тк 35	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		
тк 12.	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	260	38	5.11	5.8	19.4	133	34	27	79	1	312	4.9	.26	29.3	.09	.08	8	.21	-	.		
тк 204	Котлета из минтая с сыром	90	61	11.88	12.33	10.42	202.5	190.08	30.6	239.4	.59	250.2	39.6	35.1	340.2	.16	.11	.75	64.8	2.06	.01		
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3.8	.	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	-	-		
тк 38	Груша	130	70	.52	.39	13.69	61.1	24.7	15.6	20.8	2.99	201.5	1.3	.13	13	.02	.04	6.5	2.6	.52	-		
тк 468	Компот из компотной смеси	200	15	.	.	19.9	103	8	4	6	.	25	-	-	-	.02	-	2	1	-	-		
	Итого		258	27.35	30.62	112.85	802.6	317.28	172.2	447.45	7.36	1259.7	50.3	35.73	409.6	.51	.29	68.65	22.25	3.78	.27		
	Всего за день		430	46.08	50.86	195.45	1371.4	388.03	228.6	526.05	11.54	1661.7	64.22	37.45	467.64	10.3	.38	82.79	80.35	9.97	.34		

Заведующий
столовой

(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: IF5531DD7E8D13E2709350267A9BD2A8D1DA69341

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"
В.Ю. Лыкова

Неделя 2
День 2

МЕНЮ

21 Октября 2025г.

Льготники

№ сб. реп.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кил о кало 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 - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия на мол.+ говядина)																						
ттк 545	Огурец свежий (порционно) с зеленью	60/2	38	.55	.	3.8	12	11.5	21	7	.	84	1.8	.18	10.2	.02	.03	7.2	-	.05	-	
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	17	2.5	4.8	33.3	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07	
ттк344	Шницель из свинины	90	105	11.27	12.38	10.62	257.4	7.88	18	120.38	1.32	75.26	4.42	1.58	23.56	.37	.17	-	-	2.91	-	
тк 27	Чай с сахаром с лимоном	200	6	.	-	15	45	8	5	10	1	34	-	-	-	1	-	3	-	-	-	
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	30	6	1.68	.34	12.3	61.8	.05	-	-	.42	-	-	-	-	8.65	-	45	14.1	1.18	-	
	Итого		172	16.3	17.62	75.02	567.2	40.63	52.4	180.58	4	295.26	7.54	1.76	54	10.11	.23	14.14	55.2	5.1	.07	
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия на мол.+ говядина)																						
ттк 189	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	30	3.4	6.06	4.14	48	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк 12 (январь)	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	38	5.32	5.32	27.85	184	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
ттк425.	Рыба запеченная с овощами и сыром	50/50	61	11.27	8.46	17.2	250.19	105	48	307	1.08	-	-	-	-	.22	-	5.03	101.15	1.7	-	
тк72.	Картофель отварной	150	34	2.9	4.7	19.8	131	21	30	79	1.2	471	4.4	.24	26.4	.15	.05	21	.04	.	.65	
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	3.8	.	25	123	13.5	66	17.25	1.08	-	-	-	-	.08	-	-	-	-	-	
тк 38	Груша	130	70	.52	.39	13.69	61.1	24.7	15.6	20.8	2.99	201.5	1.3	.13	13	.02	.04	6.5	2.6	.52	-	
тк 21	Напиток апельсиновый	200	15	.	-	25.7	94	8	3	5	.	32.6	.35	.08	3	.01	-	5	-	-	-	
	Итого		258	27.41	25.43	133.38	891.29	172.2	162.6	429.05	6.45	705.1	6.05	.45	42.4	.48	.09	103.79	37.53	3.32	.65	
	Всего за день		430	43.71	43.05	208.4	1458.49	212.83	215	609.63	10.45	000.36	13.59	2.21	96.4	10.59	.32	117.93	92.73	8.42	.72	

Заведующий
столовой
(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1F5531DD7E8D13E2709350267A9BD2A8D1DA699
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна
Действителен: с 18.08.2025 по 18.11.2026