

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

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

Неделя: 2  
День: 4

## МЕНЮ

6 Ноября 2025г.

завтрак 5-11 классы; Льготники

| №<br>сб<br>рец                                          | Наименование блюда                             | Выход<br>гр /мл | Цена<br>руб. коп | Пищевые<br>вещ-ва |       |       | ЭЦ<br>(кил<br>о<br>кало<br>рий) | 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 |
| 1                                                       | 2                                              | 3               | 4                | 5                 | 6     | 7     | 8                               | 9                    | 10    | 11     | 12    | 13     | 14    | 15   | 16     | 17       | 18 | 19    | 20    | 21   | 22 |
| Завтрак - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы ) |                                                |                 |                  |                   |       |       |                                 |                      |       |        |       |        |       |      |        |          |    |       |       |      |    |
| пк 455<br>(птица)                                       | Каша гречневая с птицей с<br>овощами           | 180             | 63               | 14.85             | 14.22 | 41.4  | 340.9                           | 18.9                 | 73.3  | 162    | 2.75  | 108.25 | 4.44  | 5.2  | 14.87  | 23       | 67 | 2.66  | 12.6  | 6    | 54 |
| пк 135                                                  | Напиток кофейный с молоком                     | 200             | 18               | 1.6               | 1.3   | 20.4  | 107                             | 161                  | 7     | 45     | 1     | 163    | 9     | 2    | 20     | 02       | 15 | 1     | 01    | -    | -  |
| пк 243                                                  | Хлеб ржаной дарницкий                          | 25              | 5                | 1.4               | 28    | 8.8   | 44.5                            | 04                   | -     | -      | 35    | -      | -     | -    | -      | 121      | -  | 37.5  | 11.75 | 68   | -  |
|                                                         | Итого                                          |                 | 86               | 17.75             | 15.8  | 72.6  | 512.4                           | 173.94               | 85.3  | 207    | 4.1   | 176.25 | 13.44 | 7.2  | 14.87  | 148      | 22 | 24.36 | 41.15 | 6.98 | 54 |
| Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )          |                                                |                 |                  |                   |       |       |                                 |                      |       |        |       |        |       |      |        |          |    |       |       |      |    |
| пк 46<br>(мяс)                                          | Помидор свежий (порционно)                     | 80              | 30               | 74                | 14    | 2.54  | 16                              | 11.2                 | 16    | 20.8   | 73    | 93.34  | 54    | 26   | 13.34  | 06       | 02 | 20    | -     | 08   | -  |
| пк 35<br>(мяс)                                          | Картофельное пюре..                            | 180             | 42               | 31.5              | 6.53  | 24.30 | 118.4                           | 56.4                 | 34.8  | 102    | 1.32  | 565.2  | 5.28  | 29   | 31.68  | 17       | 07 | 6     | 06    | 24   | 07 |
| пк 457                                                  | Биточки рубленые из птицы                      | 100             | 75               | 14.44             | 12.67 | 12.16 | 214.44                          | -                    | -     | -      | -     | -      | -     | -    | -      | -        | -  | -     | -     | -    | -  |
| пк 10                                                   | Чай с сахаром                                  | 200             | 3                | -                 | -     | 10    | 41                              | 5                    | 4     | 8      | 1     | -      | -     | -    | -      | -        | -  | -     | -     | -    | -  |
| пк 243                                                  | Хлеб ржаной дарницкий                          | 50              | 6                | 2.8               | 56    | 17.0  | 89                              | 06                   | -     | -      | -     | -      | -     | -    | -      | 14.42    | -  | 75    | 21.5  | 1.96 | -  |
|                                                         | Печенье                                        | 50              | 24               | 1.86              | 1.8   | 2.6   | 154                             | 42                   | 20.4  | 13.2   | 12    | 33     | -     | -    | -      | 07       | 02 | -     | -     | 14   | -  |
|                                                         | Итого                                          |                 | 180              | 21.11             | 22.4  | 31.66 | 672.84                          | 114.19               | 75.2  | 144    | 3.67  | 791.54 | 5.82  | 55   | 45.02  | 14.72    | 11 | 23.56 | 101   | 2.5  | 67 |
| Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )             |                                                |                 |                  |                   |       |       |                                 |                      |       |        |       |        |       |      |        |          |    |       |       |      |    |
| пк 11                                                   | Винегрет овощной                               | 100             | 28               | 1.4               | 8.43  | 6.6   | 121                             | 33                   | 16    | 36     | 1     | 207.5  | 3     | 25   | 10.9   | 02       | 03 | 15    | 25    | -    | -  |
| пк 82                                                   | Суп крестьянский с крупой, мясом<br>и сметаной | 250/15/10       | 65               | 7.6               | 1.2   | 24.3  | 120                             | 34                   | 20    | 68     | -     | 262.7  | 5.03  | 37   | 30.8   | 08       | 08 | 10    | 18    | -    | 62 |
| пк 142                                                  | Сосиска отварная                               | 100             | 100              | 11.4              | 18.2  | 2.3   | 286                             | 36                   | 20    | 182    | 2     | 200    | -     | -    | -      | -        | -  | -     | -     | -    | -  |
| пк 182                                                  | Каша гречневая рассыпчатая                     | 180             | 16               | 7.12              | 6.73  | 44.8  | 255.78                          | 15.54                | 210   | 504    | 4.84  | 271.5  | 5.9   | 3    | 41.7   | 31       | 01 | 5     | 24    | 64   | -  |
|                                                         | Хлеб пшеничный + хлеб<br>северный(с лам)       | 25/25           | 15               | 4.13              | 55    | 23.48 | 115.35                          | 13.5                 | 66    | 17.25  | 1.08  | 81.8   | 3.9   | 3.1  | 14     | 06       | 03 | -     | -     | -    | -  |
| пк 39                                                   | Сок разливной                                  | 200             | 26               | -                 | -     | 22.4  | 90                              | 14                   | 14    | 8      | 2.8   | 300    | -     | -    | -      | 04       | 02 | 4     | -     | -    | -  |
|                                                         | Итого                                          |                 | 250              | 26.65             | 30.21 | 41.58 | 973.13                          | 151.14               | 355   | 155.25 | 12.62 | 1323.5 | 17.88 | 6.72 | 103.4  | 81       | 17 | 24.43 | 34    | 1.64 | 62 |
|                                                         | Всего за день                                  |                 | 430              | 48.76             | 61.61 | 33.24 | 1648.97                         | 266.32               | 430.2 | 139.24 | 16.49 | 115.04 | 23.7  | 7.27 | 148.42 | 15.13    | 28 | 47.99 | 135   | 4.14 | 12 |

Заведующий  
столовой  
(должность)

*с.л.т.*  
(подпись)

Т.Г. Левченко  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 3040401A121011E61E1E19778E083D7A43A04811A8  
Кому выдан: ЛЫКОВА РА. И. И. ПИТАНИЕ АКАДЕМИИ  
Действителен с 24.12.2024 по 24.12.2026

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

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

Неделя: 2  
День: 4

МЕНЮ  
6 Ноября 2025г.

Диета-сахарный диабет-Льготники

| №<br>сб<br>реп                                                                        | Наименование блюда                              | Выход<br>гр/мл | Цена<br>руб. коп | Пищевые<br>вещ-ва, |       |        | ЭЦ<br>(ккал<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   |  |
| 1                                                                                     | 2                                               | 3              | 4                | 5                  | 6     | 7      | 8                                | 9                    | 10    | 11    | 12    | 13      | 14    | 15    | 16     | 17       | 18 | 19   | 20    | 21    | 22  |  |
| Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет |                                                 |                |                  |                    |       |        |                                  |                      |       |       |       |         |       |       |        |          |    |      |       |       |     |  |
| №546                                                                                  | Помидор свежий (порционно)                      | 100            | 40               | 92                 | 17    | 3.17   | 20                               | 14                   | 20    | 26    |       | 341.67  | 67    | 33    | 16.67  | 07       | 03 | 25   |       | 07    |     |  |
| №547                                                                                  | Биточки рубленые из птицы                       | 100            | 78               | 15.26              | 15.38 | 13.65  | 231.26                           | -                    | -     | -     | -     | -       | -     | -     | -      | -        | -  | -    | -     | -     | -   |  |
| №72<br>(сн)                                                                           | Картофель отварной с зеленью                    | 180/2          | 45               | 3.48               | 1.81  | 28.2   | 217.2                            | 25.2                 | 76    | 94.8  | 1.44  | 565.2   | 52.8  | 29    | 31.68  | 18       | 06 | 25.2 | 05    | 24    | 78  |  |
|                                                                                       | Печенье галетное                                | 25             | 19.96            | 1.1                |       | 19     | 16                               | -                    | -     | -     | -     | -       | -     | -     | -      |          |    |      |       |       |     |  |
| №10-                                                                                  | Чай без сахара                                  | 200            | 3                |                    |       | 0.5    | 14.7                             | 5                    | 4     | 3     | 1     | -       | -     | -     | -      |          |    |      |       |       |     |  |
| №143                                                                                  | Хлеб ржаной дарницкий                           | 25             | 6                | 1.1                | 26    | 10.25  | 11.5                             | 31                   | -     | -     | 35    | 78      | 1.4   | 1.8   | 8      | 04       | 08 |      |       | 05    | -   |  |
|                                                                                       | Итого                                           |                | 191.96           | 21.76              | 21.67 | 74.35  | 611.43                           | 41.24                | 60    | 128.8 | 3.33  | 184.87  | 7.35  | 2.42  | 16.15  | 27       | 17 | 03   | 50    | 1.29  | 78  |  |
| Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сахарный диабет-Льготники ), сахарный диабет    |                                                 |                |                  |                    |       |        |                                  |                      |       |       |       |         |       |       |        |          |    |      |       |       |     |  |
| №11<br>(сн)                                                                           | Винегрет овощной                                | 100            | 30               | 2.4                | 8.1   | 6.6    | 138                              | 38                   | 16    | 36    | 1     | 207.5   | 3     | 25    | 16.9   | 02       | 04 | 15   | 25    |       |     |  |
| №82                                                                                   | Суп крестьянский с крупой , мясом<br>и сметаной | 250/15/10      | 55               | 2.6                | 3.2   | 14.3   | 116                              | 34                   | 20    | 08    |       | 262.7   | 5.08  | 37    | 30.8   | 03       | 08 | 10   | 18    |       | 66  |  |
| №142                                                                                  | Сосиска отварная с соусом<br>томатным           | 100            | 105              | 11.4               | 13.2  | 20     | 286                              | 39                   | 20    | 162   | 2     | 290     | -     | -     | -      |          |    |      |       |       |     |  |
| №2                                                                                    | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150            | 25               | 7.6                | 5.61  | 37.33  | 210.15                           | 13.2                 | 160.3 | 420   | 4.03  | 226     | 1.6   | 3.54  |        | 29       |    | 07   |       | 29    | 81  |  |
| №10                                                                                   | Хлеб дарницкий + хлеб северный(с<br>ламин)      | 20/20          | 10               | 2.76               |       | 15     | 78.6                             | 10.8                 | 52.8  | 13.8  | 86    | -       | -     | -     | -      | 02       |    | 01   |       |       |     |  |
|                                                                                       | Кисломолочный напиток кефир                     | 200            | 38               | 2.5                | 2.5   | 8      | 45                               | 180                  | 21    | 142   |       | 292     | 18    | 4     | 40     | 08       | 04 | 1.4  | 1.1   |       |     |  |
|                                                                                       | Итого                                           |                | 263              | 25.26              | 40.11 | 101.23 | 868.75                           | 112                  | 313.1 | 841.8 | 8.99  | 1188.2  | 27.58 | 8.16  | 87.2   | 59       | 48 | 1.53 | 26.43 | 29    | 68  |  |
|                                                                                       | Всего за день                                   |                | 454.96           | 53.02              | 61.68 | 175.58 | 1510.18                          | 116.24               | 373.1 | 970.6 | 12.68 | 2073.07 | 35.33 | 10.58 | 144.25 | 86       | 63 | 1.98 | 76.63 | 21.29 | 144 |  |

Заведующий  
столовой  
(подпись)

с/в  
(подпись)

Т.Г. Левченко  
(подпись)

Технолог отдела питания  
(подпись)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 1158331ED798D112709356267A9B32A833 DADA (электронная подпись)  
Кому выдан: Колесникова Ирина Владимировна  
Действителен с 18.08.2025 по 18.11.2026