

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

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

Неделя: 2  
День: 1

## МЕНЮ

22 Сентября 2025г.

завтрак 5-11 классы; 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 - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы ) |                                           |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |      |         |       |       |       |          |      |        |       |      |      |    |    |
| тк221                                                   | Каша молочная пшениная с маслом сливочным | 205              | 40              | 3.56               | 8.6   | 32.86  | 223.6                           | 147                  | 155    | 32.2   | 45   | 146     | 9     | 2     | 20    | .07      | .15  | 1.56   | 22    | 1.9  | .06  |    |    |
| тк10.                                                   | Чай с сахаром                             | 200              | 3               | -                  | -     | 10     | 41                              | 5                    | 4      | 8      | 1    | -       | -     | -     | -     | -        | -    | -      | -     | -    | -    |    |    |
| тк243                                                   | Батон столовый                            | 30               | 10              | 1.88               | -     | 12.85  | 60.7                            | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | -    | 166     | 1.1   | 2     | 4.8   | .03      | .01  | -      | -     | .43  | -    |    |    |
| -                                                       | Печенье                                   | 50               | 33              | 1.88               | 1.5   | 25     | 154                             | 42                   | 20.4   | 13.2   | .12  | 33      | -     | -     | -     | .07      | .02  | -      | -     | .24  | -    |    |    |
| -                                                       | Итого                                     | -                | 86              | 7.52               | 10.3  | 80.71  | 479.3                           | 198.75               | 195.65 | 58.65  | 1.87 | 345     | 10.1  | 4     | 24.8  | .17      | .18  | 22     | 1.56  | 2.57 | .06  |    |    |
| Завтрак - Льготники 5-11 классов ( Льготники )          |                                           |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |      |         |       |       |       |          |      |        |       |      |      |    |    |
| тк6                                                     | Омлет натуральный                         | 180              | 80              | 15.01              | 15.44 | 10.17  | 279                             | 259.2                | 23.64  | 308.4  | 3.6  | 211.8   | 25.88 | 33.38 | 68.64 | .08      | 1.19 | .72    | 187.2 | -    | 2.64 |    |    |
| тк136                                                   | Кофейный напиток с молоком                | 200              | 25              | 1.5                | 1.3   | 22.4   | 107                             | 161                  | 7      | 145    | 1    | 168     | 9     | 2     | 20    | .02      | .15  | 1      | 23.8  | -    | -    |    |    |
| тк548                                                   | Йогурт с фруктовым наполнителем           | 120              | 37              | 4.32               | 3.47  | 14.72  | 105.6                           | 217.2                | 36     | 235.2  | .19  | 154.8   | -     | -     | -     | .06      | .24  | 1.63   | 26.4  | -    | -    |    |    |
| -                                                       | Хлеб "Пшеничный" йодированный             | 40               | 6               | 3.17               | .32   | 19.52  | 93.6                            | .05                  | -      | -      | .02  | 37.28   | 1.28  | 2.4   | 5.81  | .45      | 8    | .02    | -     | .45  | -    |    |    |
| тк217                                                   | Булочка с крошкой                         | 60               | 36              | 1.6                | 2.9   | 16     | 162                             | 10                   | 6      | 39     | -    | -       | -     | -     | -     | .07      | .01  | -      | .04   | -    | -    |    |    |
| -                                                       | Итого                                     | -                | 184             | 25.6               | 23.43 | 82.81  | 747.2                           | 847.45               | 72.64  | 727.6  | 5.21 | 571.88  | 36.16 | 37.78 | 94.45 | .68      | 9.59 | 237.44 | 3.37  | .45  | 2.64 |    |    |
| Обед - Льготники 5-11 классов ( Льготники )             |                                           |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |      |         |       |       |       |          |      |        |       |      |      |    |    |
| -                                                       | Салат "Овощной" 2 вар.                    | 60               | 25              | 1.5                | 6.1   | 5.4    | 54                              | 15                   | 13     | 29     | -    | 102     | -     | -     | -     | .02      | .02  | 8      | .21   | 1.5  | -    |    |    |
| тк270.                                                  | Борщ "Украинский" со сметаной             | 250/10           | 42              | 1.07               | 3.79  | 24.53  | 101                             | 80.5                 | 38.65  | 94.6   | 1.63 | 427     | 5.86  | .66   | 35.7  | .07      | .06  | 27     | .27   | 1.5  | -    |    |    |
| тк45.                                                   | Плов по-узбекски.                         | 225              | 145             | 20.51              | 23.95 | 42.92  | 489.38                          | 38.04                | 262.13 | 287.79 | 2.08 | 459.56  | 10.46 | 3.49  | 15.75 | .09      | .18  | 1.69   | -     | -    | .01  |    |    |
| -                                                       | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)     | 25/25            | 10              | 3.8                | -     | 25     | 123                             | 13.5                 | 66     | 17.25  | 1.08 | 81.8    | 3.9   | 3.1   | 14    | .08      | .03  | -      | -     | -    | -    |    |    |
| тк39                                                    | Сок разливной                             | 200              | 24              | 1                  | -     | 25     | 80.8                            | 14                   | 14     | 8      | 2.8  | -       | -     | -     | -     | .02      | -    | 4      | -     | -    | -    |    |    |
| -                                                       | Итого                                     | -                | 246             | 27.88              | 34.34 | 122.85 | 848.18                          | 161.04               | 393.78 | 436.64 | 8.09 | 1070.36 | 20.22 | 7.25  | 65.45 | .28      | .29  | .48    | 40.69 | 4    | .01  |    |    |
| -                                                       | Всего за день                             | -                | 430             | 53.48              | 57.77 | 205.66 | 1595.38                         | 208.49               | 486.42 | 164.24 | 13.3 | 1642.24 | 58.38 | 45.03 | 159.9 | .96      | 9.88 | 237.92 | 44.08 | 4.45 | 2.65 |    |    |

Заведующий  
столовой  
(должность)

  
(подпись)

Т.Г. Левченко  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: IF5531DD7E8D13E2709350267A9BD2A8D1DA69  
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: 1

МЕНЮ

22 Сентября 2025г.

Диета-сах.диабет-Льготники

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

| №<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   |
| 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-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет |                                                    |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |      |        |       |       |        |          |      |        |       |       |      |
|                                                                             | Сыр "Российский" (порционно),                      | 20               | 20              | 4.6                | 5.9   | 15     | 72.6                            | 176                  | 9      | 130    | .    | 29     | -     | 2.9   | -      | .01      | .06  | .14    | 52    | .     | .19  |
| тк6                                                                         | Омлет натуральный                                  | 180              | 85              | 16.68              | 17.16 | 6      | 310.8                           | 259.2                | 23.64  | 308.4  | 3.6  | 211.8  | 25.88 | 33.38 | 68.64  | .08      | 1.19 | .72    | 187.2 | -     | 2.64 |
| тк 28.                                                                      | Кофейный напиток<br>(быстрорастворимый) без сахара | 200              | 25              | 1.88               | 1.98  | 8.12   | 57                              | 181                  | 141    | 22.5   | .15  | 168    | 9     | 2     | 20     | .05      | .15  | 1      | 1.35  | 30    | -    |
| тк 548                                                                      | Йогурт с фруктовым<br>наполнителем                 | 115              | 37              | 4.14               | 3.33  | 14.11  | 101.2                           | 208.15               | 34.5   | 225.4  | .18  | 148.35 | -     | -     | -      | .06      | .23  | 1.56   | 25.3  | -     | -    |
| тк243                                                                       | Хлеб ржаной дарницкий                              | 25               | 6               | 1.4                | .28   | 10.25  | 51.5                            | .04                  | -      | -      | .35  | 78     | 1.4   | 1.8   | 8      | .04      | .08  | -      | -     | .98   | -    |
|                                                                             | Итого                                              |                  | 173             | 28.7               | 28.65 | 53.48  | 593.1                           | 824.39               | 208.14 | 686.3  | 4.48 | 635.15 | 36.28 | 40.08 | 96.64  | .24      | 1.71 | 265.85 | 3.42  | 31.08 | 2.83 |
| Обед - Льготники 5-11 классов ( Диета-сах.диабет-Льготники ), сах.диабет    |                                                    |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |      |        |       |       |        |          |      |        |       |       |      |
| тк 438                                                                      | Огурец консервированный<br>(порционно)             | 60               | 25              | -                  | -     | 1.8    | 8                               | 6.9                  | 7.2    | 4.2    | .18  | 70.21  | -     | -     | -      | .01      | .01  | 1.5    | -     | .03   | -    |
| тк270.                                                                      | Борщ "Украинский" со сметаной                      | 250/10           | 54              | 1.07               | 3.79  | 24.53  | 101                             | 80.5                 | 38.65  | 94.6   | 1.63 | 427    | 5.86  | .66   | 35.7   | .07      | .06  | 27     | .27   | 1.5   | -    |
| тк 45.                                                                      | Плов по-узбекски.                                  | 200              | 150             | 19.2               | 16.4  | 45.7   | 463                             | 33.81                | 233    | 255.81 | 1.85 | 408.5  | 9.3   | 3.1   | 14     | .08      | .16  | 1.5    | -     | -     | .01  |
| тк10                                                                        | Хлеб дарницкий + хлеб северный(с<br>ламин)         | 20/20            | 10              | 2.76               | .     | 15     | 78.6                            | 10.8                 | 52.8   | 13.8   | .86  | 65.44  | 3.12  | 2.48  | 11.2   | .06      | .02  | .01    | -     | -     | -    |
| тк10-                                                                       | Чай без сахара                                     | 200              | 5               | .                  | -     | .05    | 1.47                            | -                    | -      | -      | -    | -      | -     | -     | -      | -        | -    | -      | -     | -     | -    |
|                                                                             | Итого                                              |                  | 244             | 23.23              | 20.59 | 87.08  | 652.07                          | 132.01               | 331.65 | 688.41 | 4.52 | 971.15 | 18.28 | 6.24  | 60.9   | .22      | .25  | .27    | 30.01 | 1.53  | .01  |
|                                                                             | Всего за день                                      |                  | 417             | 51.93              | 49.24 | 140.56 | 1245.17                         | 956.4                | 539.79 | 1054.7 | 9    | 1606.3 | 54.56 | 46.32 | 157.54 | .46      | 1.96 | 266.12 | 33.43 | 32.61 | 2.84 |

Заведующий  
столовой  
(должность)

*Левченко*  
(подпись)

Т.Г. Левченко  
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 1F5531DD7E8D13E2709350267A9BD2A8D1DA69  
Кому выдан: Кортисенко Ирина Ивановна  
Действителен: с 18.08.2025 по 18.11.2026