

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

Неделя: 1  
День: 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 37C4C7A121CE611EFD9778E083D7A43AC4811AF  
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)  
Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

## МЕНЮ

14 Апреля 2025

завтрак 5-11 классы; Лыготники

| №<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>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 - Учащиеся 5-11 классов ( завтрак 5-11 классы ) |                                                              |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |      |        |       |       |      |  |  |
|                                                         | Ветчина куриная (порционно)                                  | 20               | 15              | -                  | -     | -      | -                               | -                    | -      | -      | -     | -      | -     | -     | -      | -        | -    | -      | -     | -     | -    |  |  |
| ткк 265                                                 | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным                    | 205              | 36              | 5.56               | 8.6   | 32.86  | 223.6                           | 147                  | 155    | 32.2   | .45   | 146    | 9     | 2     | 20     | .07      | .15  | 1.56   | 22    | 44    | .06  |  |  |
| ткк 103                                                 | Какао с молоком                                              | 200              | 27              | 2.5                | 2.5   | 22.4   | 107                             | 121                  | 14     | 90     | 1     | 105    | -     | -     | 10.78  | .04      | -    | 1      | .01   | -     | -    |  |  |
| ткк 243                                                 | Батон столовый                                               | 30               | 8               | 1.88               | -     | 12.85  | 60.7                            | 4.75                 | 16.25  | 3.25   | -     | 166    | 1.1   | 2     | 4.8    | .03      | .01  | -      | -     | .43   | -    |  |  |
|                                                         | Итого                                                        |                  | 86              | 9.94               | 11.3  | 68.11  | 391.3                           | 272.75               | 185.25 | 125.45 | 1.75  | 417    | 10.8  | 4     | 35.58  | .14      | .36  | 22.01  | 2.56  | 44.43 | .06  |  |  |
| Завтрак - Лыготники 5-11 классов ( Лыготники )          |                                                              |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |      |        |       |       |      |  |  |
| ткк 243                                                 | Бутерброд (батон) с колбасными изделиями и сыром             | 65               | 49              | 6.5                | 8.9   | 12.8   | 94.5                            | 156.65               | 21.88  | 115.53 | .43   | 169    | .95   | 4.25  | 4.16   | .03      | .06  | .12    | 45.07 | -     | .16  |  |  |
| ткк 265                                                 | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным                    | 205              | 36              | 8.28               | 7.98  | 37.5   | 304                             | 147                  | 155    | 32.2   | .45   | 146    | 9     | 2     | 20     | .07      | .15  | 1.56   | 22    | 44    | .06  |  |  |
| ткк 38                                                  | Мандарины                                                    | 100              | 55              | -                  | -     | 7.5    | 38                              | 68                   | 26     | 46     | -     | 394    | 4     | 1     | 34     | .08      | .06  | 38     | 16    | -     | -    |  |  |
| ткк 37                                                  | Какао с витаминами "Витошка"                                 | 200              | 32              | 3.77               | 2.5   | 26     | 151.28                          | 221                  | 14     | 190    | 1     | 146    | -     | 2     | 20     | -        | .15  | 15     | 130   | -     | 2.5  |  |  |
|                                                         | Итого                                                        |                  | 172             | 18.95              | 19.58 | 83.8   | 587.78                          | 592.65               | 216.88 | 383.73 | 2.48  | 855    | 14.85 | 9.25  | 78.16  | .48      | .42  | 213.07 | 54.68 | 44.4  | 2.72 |  |  |
| Обед - Лыготники 5-11 классов ( Лыготники )             |                                                              |                  |                 |                    |       |        |                                 |                      |        |        |       |        |       |       |        |          |      |        |       |       |      |  |  |
| ткк 174 сен                                             | Салат из свеклы с яблоком                                    | 100              | 25              | 1.3                | 5.16  | 12.5   | 101.7                           | 35                   | 20     | 36.7   | 1.8   | 209.5  | 3.83  | .41   | 12     | .02      | .02  | 8.3    | -     | 2.7   | -    |  |  |
| ткк 1. (сен.), зам.                                     | Щи из свежей капусты с картофелем мясом, сметаной и зеленью. | 250/15/10        | 65              | 2.98               | 4.3   | 12     | 134                             | 48.5                 | 49.6   | 57.65  | 1.13  | 332    | 4.42  | .24   | 23.3   | .07      | .01  | 22     | .21   | .28   | .65  |  |  |
| ткк 132                                                 | Колбаски по-деревенски                                       | 100              | 114             | 12.67              | 15.11 | 12.44  | 236.67                          | 20                   | 11.11  | 201.11 | 1.11  | 277.78 | 8.84  | 37.78 | 215.56 | .11      | .67  | -      | 50    | -     | -    |  |  |
| ткк 155                                                 | Каша пшеничная рассыпчатая                                   | 180              | 20              | 7.12               | 6.73  | 46.79  | 276.18                          | 50.11                | 38.04  | 82.92  | 1.73  | 103.5  | .01   | 37.33 | -      | .05      | .02  | 15.6   | -     | .78   | -    |  |  |
|                                                         | Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)                        | 25/25            | 10              | 4.13               | .55   | 24.5   | 115.35                          | 13.5                 | 66     | 17.25  | 1.08  | 81.8   | 3.9   | 3.1   | 14     | .08      | .03  | .01    | -     | -     | -    |  |  |
| ткк 39                                                  | Сок разливной                                                | 200              | 24              | -                  | -     | 22.4   | 90                              | 14                   | 14     | 8      | 2.8   | 300    | -     | -     | -      | .04      | .02  | 4      | -     | -     | -    |  |  |
|                                                         | Итого                                                        |                  | 258             | 28.2               | 31.85 | 130.63 | 953.9                           | 181.11               | 198.75 | 403.63 | 9.65  | 304.58 | 21    | 78.86 | 264.88 | .42      | -    | 65.81  | 34.33 | 4.78  | 1.63 |  |  |
|                                                         | Всего за день                                                |                  | 430             | 47.15              | 51.43 | 214.43 | 1541.68                         | 773.78               | 415.63 | 787.36 | 12.13 | 159.58 | 35.85 | 88.11 | 343.02 | -        | 1.22 | 278.88 | 89.01 | 49.18 | 4.35 |  |  |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания  
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018  
Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025