

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ №5 Гимназия
 В.Н. Подлиповская

Неделя: 2
 День: 3



УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН В.Ю. Лыкова
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

МЕНЮ
 15 Января 2025

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	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 (завтрак 1-4 классы)																						
ТТК3	Запеканка творожная со сгуц. молоком	165	108	13.3	16.85	33.6	335	56	10	47	24	135	10	26	28	.03		.12	19.8		01	
ТК38	Яблоко	110	35			10	40	17.6	9.9	12.1	2.42	305.8	2.2	11	8.8	0.3	0.2	11			0.2	
ТТК 103	Какао с молоком	200	21	3.07	2.5	26	151.28	121	14	90	1	105			10.78	0.4		1	0.1			
ТТК 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	8	1.88		12.85	58.2	4.75	16.25	3.25		166	1.1	2	4.8	.03	.01				.43	
	Итого		172	18.45	19.75	82.45	584.48	199.35	50.15	152.35	3.96	711.8	14	28.11	52.38	.13	.53	19.81	12.12		.45	01
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																						
ТТК 453.	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	29	5.56	7.47	32.86	224	147.8	32.2	155.7	.45	214.18	7.9	32.76	17.7	.07		.01	1.56	4.4	65	
ТТК № 408/1.	Блинчики с начинкой (п/ф)	70	45	5.3	10.6	53.7	331															
ТТК10.	Чай с сахаром	200	3			10	41	5	4	8	1											
	хлеб "Пшеничный" йодированный	30	6	1.98		12.2	58.5	10	5	5	28	23.3		1.5	3.63	5	0.1	1	3.5	28	55	
	Итого		83	13.04	18.27	108.76	654.5	162.8	41.2	168.7	1.73	237.48	8.7	34.26	21.33	5.07	.01	5.06	1.01	44.28	1.2	
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) (завтрак 5-11 классы родительская плата)																						
ТТК 3	Запеканка творожная со сгуц. молоком	170/20	126	17.85	17.85	66.94	189.55															
ТК38	Яблоко	120	35	4.8	4.8	11.76	48	19.2	10.8	13.2	2.64					0.2		12			0.2	
ТТК 103	Какао с молоком	200	21	2.5	2.5	22.4	107	121	14	90	1	105			10.78	0.4		1	0.1			
ТТК 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	10	1.88		12.85	60.7	4.75	16.25	3.25		166	1.1	2	4.8	0.3	0.1				.43	
	Итого		192	22.71	21.03	113.95	405.25	144.95	41.05	106.45	3.94	271	1.8	2	15.58	0.9	.21	.01	13	4.5	0	

Заведующий
 столовой
 (должность)

(подпись)

Е.В. Данькова
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Корниенко Ирина Ивановна
 Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ №5 Гимназия
 В.Н. Подлиповская

Неделя: 2
 День: 3



УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАНО
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

МЕНЮ
 15 Января 2025
 Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	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 1-4 классов (Льготники)																					
ТТК3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	165	108	12.9	11.7	37.5	355	56	10	47	24	135	10	26	28	03		12	19.8		01
ТК38	Яблоко	120	35	48	48	11.76	36.92	19.2	10.8	13.2	2.64	333.6	2.4	12	9.6	02	02	12		02	
ТТК 103	Какао с молоком	200	21	2.5	2.5	22.4	107	121	14	90	1	105			10.78	04		1	01		
ТТК 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	8	1.88		12.85	60.7	4.75	16.25	3.25		166	1.1	2	4.8	03	01			43	
	Итого		172	17.76	14.88	84.51	559.62	200.95	51.05	153.45	4.18	739.6	14.2	28.12	53.18	12	53	19.81	13.12	45	01
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
ТК131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	30	3.1	5.1	18.26	77.4	26	13	79		99.5	14.3	17.5	24.6	02	12	2	62	1.8	1.5
ТТК 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	45	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	55	28.3	08	06	16.6	30		26
	Жаркое по-домашнему...	200	149	16.89	16.39	30.33	399	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	26	83.24		19	26.28			
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	5.5	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	08	03				
ТТК39	Сок разливной	200	24			19.2	80.8	14	14	8	2.8					02		4			
	Итого		258	26.81	27.43	111.37	804.1	125.82	355.43	530.41	9.44	1314.5	35.92	21.41	150.14			92	48.88	2.8	1.76
	Всего за день		430	44.57	42.31	195.88	1363.72	326.77	406.48	883.86	13.62	2054.1	50.12	49.53	203.32	52	93	111.81	62	3.25	1.77
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
ТТК 3	Запеканка творожная со сгущ. молоком	180/20	120	18.9	18.9	70.88	200.7														
ТК38	Яблоко	100	22			9.8	40	16	9	11	2.2	278	2		8	02	02	10		02	
ТТК 103	Какао с молоком	200	21	2.5	2.5	22.4	107	121	14	90	1	105			10.78	04		1	01		
ТТК 243/2	Батон витаминный " На здоровье"	30	8	1.88		12.85	60.7	4.75	16.25	3.25		166	1.1	2	4.8	03	01			43	
	Итого		171	23.68	22	115.93	408.4	141.75	39.25	104.25	3.5	549	3.8	2.1	23.58	09	23	01	11	45	0
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
ТК131-	Салат из рыбных продуктов с луком и яйцом	60	30	3.1	5.1	18.26	77.4	26	13	79		99.5	14.3	17.5	24.6	02	12	2	62	1.8	1.5
ТТК 18 (сен) зам	Свекольник со сметаной	250/10	45	2.69	5.39	20.1	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	55	28.3	08	06	16.6	30		26
ТТК 97(янв).	Жаркое по-домашнему	225	150	19	18.13	39.74	455.6	24.36	229	348	3.39	751	11.34	25	83.24		18	26.28	01	2.24	
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	5.5	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	08	03				
ТТК39	Сок разливной	200	24			19.2	80.8	14	14	8	2.8					02		4			
	Итого		259	28.92	29.17	120.78	860.7	125.82	355.43	529.95	9.44	1314.5	35.92	21.4	150.14		39	92.01	48.88	5.04	1.76
	Всего за день		430	52.6	51.17	236.71	1269.1	267.57	394.68	634.2	12.94	1863.5	39.72	23.5	173.72	49	62	92.02	59.88	5.49	1.76

Заведующий
 столовой
 (должность)

Е.В. Данькова
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (расшифровка подписи)
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ №5 Гимназия
В.Н. Подлиповская

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
День: 3

МЕНЮ

15 Января 2025

Диета-сахарный диабет-Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	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 1-4 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																							
ТК№3 7диаб	Сырники из творога(без сахара) со сметаной	150/30	115.16	15.45	12.4	9.3	337	37.1	5.2	34.9	18	92	7.92	26	28	02		12	19.8	15	01		
ТК38	Яблоко	100	35			9.8	47	16	9	11	2.2	278	2		8	03	02	10		02			
ТК 37/ 2.	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	30.1	3.77	2.5	6.12	151.28	221	14	3.2	1				20		15	15	130	2.5			
ТК243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	28	10.25	51.5	04			35	78	1.4	1.8	8	04	08			98			
	Итого		184.76	21.02	15.58	35.47	586.78	274.14	28.2	49.1	3.73	448	12.22	28.1	64	39	45	149.8	25.12	3.65	51		
Обед - Льготники 1-4 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																							
ТК149-	Огурец свежий с яйцом и луком зеленым	60	30	3.1	5.1	8.26	77.4	26	13	79		99.5	14.3	17.5	24.6	02	12	2	62	1.8	1.5		
ТК 18 (сбн) зам	Свекольник со сметаной	250/10	45	2.69	5.39	18.08	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	55	28.3	08	06	16.6	30		26		
	Жаркое по-домашнему...	200	149	16.89	16.39	30.33	399	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	26	83.24		19	26.28					
ТК10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	10	2.76		15	78.6	10.8	52.8	13.8	86					06		01					
	Сок томатный	200	25	1	2.9	18	7	12	32							03			05				
	Итого		259	26.44	27.38	74.57	704.55	116.12	140.23	550.96	7.12	1232.7	32.02	18.31	136.14	39	37	92.05	44.89	2.2	1.76		
	Всего за день		443.76	47.46	42.96	110.04	1291.33	390.26	368.43	500.06	10.85	1680.7	44.24	46.41	200.14	78	82	241.85	70.01	5.85	2.27		
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																							
ТК№3 7диаб	Сырники из творога(без сахара) со сметаной	150/30	108	15.45	12.4	9.3	337	37.1	5.2	34.9	18	92	7.92	26	28	02		12	19.8	15	01		
ТК38	Яблоко	100	35			9.8	47	16	9	11	2.2	278	2		8	03	02	10		02			
ТК 37/ 2.	Какао с витаминами "Витошка" без сахара	200	30.1	3.77	2.5	6.12	151.28	221	14	3.2	1				20		15	15	130	2.5			
ТК243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	28	10.25	51.5	04			35	78	1.4	1.8	8	04	08			98			
	Итого		177.6	21.02	15.58	35.47	586.78	274.14	28.2	49.1	3.73	448	12.22	28.1	64	39	45	149.8	25.12	3.65	51		
Обед - Льготники 5-11 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																							
ТК149-	Огурец свежий с яйцом и луком зеленым	60	30	3.1	5.1	8.26	77.4	26	13	79		99.5	14.3	17.5	24.6	02	12	2	62	1.8	1.5		
ТК 18 (сбн) зам	Свекольник со сметаной	250/10	45	2.69	5.39	18.08	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	55	28.3	08	06	16.6	30		26		
	Жаркое по-домашнему...	200	150	16.89	16.39	30.33	399	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	26	83.24		19	26.28					
ТК10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	10	2.76		15	78.6	10.8	52.8	13.8	86					06		01					
	Сок томатный	200	25	1	2.9	18	7	12	32							03			05				
	Итого		260	26.44	27.38	74.57	704.55	116.12	140.23	550.96	7.12	1232.7	32.02	18.31	136.14	39	37	92.05	44.89	2.2	1.76		
	Всего за день		437.6	47.46	42.96	110.04	1291.33	390.26	368.43	500.06	10.85	1680.7	44.24	46.41	200.14	78	82	241.85	70.01	5.85	2.27		
Обед - Учащиеся 1-11 классов (родительская плата) (ГПД)																							
	Огурец свежий (порционно)	25	10	2.1	0.3	2.1	3.3																
ТК 18 (сбн) зам	Свекольник со сметаной	250/10	45	2.69	5.39	18.08	131.55	47.96	33.43	77.7	1.67	382.2	6.38	55	28.3	08	06	16.6	30		26		
ТК 97	Жаркое по-домашнему	200	130	16.89	16.12	35.33	405	24.36	229	348.46	3.39	751	11.34	26	83.24		19	26					
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	20/20	10	3.3	44	18.78	92.28	10.8	52.8	13.8	86	65.44	3.12	2.48	11.2	06	02	01		64			
ТК39	Сок разливной	200	22	1		25	80.8	14	14	8	2.8	300				04	02	4					
	Итого		217	24.09	21.98	97.4	712.93	97.12	329.23	447.96	8.72	498.64	20.84	3.29	122.74	38	29	30	46.61	84	26		

Заведующий
столовой
(должность)


(подпись)

Е.В. Данькова
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна
(расшифровка подписи)

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025