

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

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

Неделя: 2
 День: 5*

МЕНЮ
 20 Декабря 2023

В.Ю. Лыкова
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10B9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫ

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп.	Пищевые вещ-ва			ЭЦ (ккалории)	Минеральные вещества													
				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 - Лыготники 1-4 классов (Диета-сах.диабет-Лыготники), сах.диабет																					
тк 438	Огурец консервированный (порционно)	60	25	-	-	3.6	16	6.9	7.2	4.2	18	70.21	-	-	-	0.1	0.1	1.5	-	0.3	-
тк 258 (сент)	Плов из птицы	200	69	16.8	19.61	37.39	393.26	244	04	26	01	580	6.63	13.77	76.6	28		2	-	55	-
тк 38	Мандарины	100	64		7.5	38	68	26	46		394	4	1	34	08	06	38	16			
тк 371	Какао с молоком без сахара	200	26	2.9	2.5	6.15	75	120	90	14						04		1.3			
тк 243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	28	10.25	51.5	04			35	78	1.4	1.8	8	04	08				98
	Итого		190	21.8	22.49	64.89	573.76	438.94	23.24	90.2	1.14	122.2	12.03	16.57	118.6	45	25	16	42.8	1.96	0
Обед - Лыготники 1-4 классов (Диета-сах.диабет-Лыготники), сах.диабет																					
	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.49		1.49	23.64	36.56	25.08	44.78	1.24					0.7		0.1			
тк 42 (март)	Суп-пюре из разных овощей с зеленью	250/2	30	3.76	6.29	24	135	48.5	49.6	57	1.13					0.7		2	21	28	
	Мясо отварное	50	100	12.5	8.4		127	15	16	92	1					0.3					
тк 13 (январь)	Капуста тушеная	150	30	3.8	6.3	22.8	239	90	29	59	1.2	423.3	4.49	44	14.96	04	05	27	11		
тк 10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с 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			
	Кисломолочный напиток кефир	200	30	2.5	2.5	8	45	180	21	142		292	18	4	40	06	34	1.4	1.5		
	Итого		228	26.81	24.09	71.29	648.24	380.88	193.48	408.58	5.63	780.74	25.61	6.92	66.16	33	41	2.32	30.42	88	0
	Всего за день		418	48.61	46.58	136.16	1222	819.8	316.77	898.74	6.77	902.93	37.64	23.49	184.76	78	66	18.32	73.22	2.84	0
Завтрак - Лыготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Лыготники), сах.диабет																					
тк 438	Огурец консервированный (порционно)	60	25	-	-	3.6	16	6.9	7.2	4.2	18	70.21	-	-	-	0.1	0.1	1.5	-	0.3	-
тк 258 (сент)	Плов из птицы	200	69	16.8	19.61	37.39	393.26	244	04	26	01	580	6.63	13.77	76.6	28		2	-	55	-
тк 38	Мандарины	100	64		7.5	38	68	26	46		394	4	1	34	08	06	38	16			
тк 371	Какао с молоком без сахара	200	26	2.9	2.5	6.15	75	120	90	14						04		1.3			
тк 243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	28	10.25	51.5	04			35	78	1.4	1.8	8	04	08				98
	Итого		190	21.8	22.49	64.89	573.76	438.94	23.24	90.2	1.14	122.2	12.03	16.57	118.6	45	25	16	42.8	1.96	0
Обед - Лыготники 5-11 классов (Диета-сах.диабет-Лыготники), сах.диабет																					
	Огурец свежий (порционно)	100	35	2.48	3.3	2.48	39.4	60.93	41.8	74.63	2.07					1.2		0.2	83		
тк 42 (март)	Суп-пюре из разных овощей с зеленью	250/2	30	3.76	6.29	24	135	48.5	49.6	57	1.13					0.7		2	21	28	
	Мясо отварное	50	100	12.5	8.4		127	15	16	92	1					0.3					
тк 13 (январь)	Капуста тушеная	180	30	4.56	7.56	27.36	286.8	108	34.8	70.8	1.44	507.96	5.39	53	17.95	05	06	32.4	13	36	
тк 10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с 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			
	Кисломолочный напиток кефир	200	30	2.5	2.5	8	45	180	21	142		292	18	4	40	06	34	1.4	1.5		
	Итого		235	28.56	25.48	76.84	711.8	423.23	216	450.23	6.7	865.4	26.51	7.01	69.15	39	42	2.67	35.83	94	0
	Всего за день		425	50.36	47.97	145.73	1285.56	862.1	313.9	2454.43	7.84	987.6	38.54	23.58	187.75	84	67	18.67	78.63	2.9	0
Обед - Учащиеся 1-11 классов (родительская плата) (ГПД)																					
	Огурец свежий (порционно)	30	15	2.1	0.3	2.1	3.3	7.5	5.5	8.8	15					0.1		7.5	3.51	0.5	
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	4.5	2.8	28.71	191	13.2	8.4	43.2	96	102	1.32		20.24	0.7	0.3		0.4	96	0.7
тк 42	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	250/20/2	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	0.7	0.5	2	21	28	6.5
тк 1а	Гуляш из говядины	90	75	13.95	12.51	11.79	184.5	12.6	18	135	1.8	243	5.71		49.9	04	11		0.1	1.98	
	Хлеб пшеничный + дарницкий	20/20	7.2	2.72	4.3	18	92	06							9.84				4.3	12.24	
	Банан.	180	40	2.7		37.8	172.8	14.4	75.6	50.4	1.08	626.4	0.9	1.8	3.96	0.7	0.9	18		7.2	
тк 39	Сок разливной	200	22	1		25	80.8	14	14	8	2.8	300				04	02	4			
	Итого		204.2	28.84	22.96	145.51	889.4	110.26	171.1	302.4	8.42	1615.5	11.5	4.14	99.4	10.14		46.77	25.65	16.43	7.2

Заведующий
 столовой
 (должность)

(подпись)

Е.В. Данькова
 (расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
 (должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 Корниенко Ирина Ивановна
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 (расшифровка подписи)

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018
 Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна
 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: 5CD2666417FA4EE15B6AD973B9EB10E9871E4211
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

Неделя: 2
День: 5

МЕНЮ
20 Декабря 2023 г.

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва			ЭЦ (ккал/100г)	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
Завтрак - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
ТТК 438	Огурец консервированный (порционно)	60	25	-	-	3.6	16	6.9	7.2	4.2	18	70.21	-	-	-	0.1	0.1	1.5	-	0.3	-
ТТК 258 (сент)	Плов из птицы	200	68	16.8	19.61	37.39	393.26	244	0.4	26	0.1	580	6.63	13.77	76.6	28	-	2	-	5.5	-
ТТК 38	Мандарины	100	42.5	1.4	-	7.5	45	68	26	46	-	394	4	1	34	0.8	0.6	38	16	-	-
ТТК 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146	-	2	20	0.2	15	10	0.1	-	0.1
ТТК 243	хлеб пшеничный йодированный	25	4.5	1.98	-	12.2	58.5	7.25	37.5	11.25	-	-	-	-	-	95	-	0.2	-	3.5	-
	Итого		166	22.68	22.71	83.09	619.76	386.15	130.74	134.45	54.49	190.2	11.53	16.77	130.6	95.39	32	16.01	51.52	1.33	0.1
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.3	0.6	3.8	8	36.56	25.08	44.78	1.24	-	-	-	-	0.7	-	0.1	-	-	-
ТТК 42	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	0.7	0.5	2	21	28	6.5
ТТК 1а	Гуляш из говядины	100	100	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	0.4	1.2	1	0.1	2.2	-
ТТК (5)	Макаронные изделия отварные.	150	15	4.5	2.8	28.71	191	13.2	8.4	43.2	0.96	102	1.32	-	20.24	0.7	0.3	-	0.4	9.6	0.7
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	5.5	23.48	115.35	13.5	6.6	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	0.8	0.3	-	-	-	-
	Банан.	180	40	2.71	9.1	37.8	86.4	14.4	75.6	50.4	1.08	626.4	-	1.8	3.96	0.7	-	1.8	-	7.2	-
ТТК 39	Сок разливной	200	25	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	0.2	-	4	-	-	-
	Итого		248	31.9	24.51	150.09	851.55	154.16	258.68	370.63	10.29	1424.3	16.04	7.24	118.94	4.2	3.3	7.6	25.01	5.16	7.2
	Всего за день		414	54.58	47.22	233.18	1471.31	340.31	389.42	505.08	64.78	214.5	27.57	24.01	249.54	95.81	65	16.77	76.53	6.49	7.3
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
ТТК 438	Огурец консервированный (порционно)	60	25	-	-	3.6	16	6.9	7.2	4.2	18	70.21	-	-	-	0.1	0.1	1.5	-	0.3	-
ТТК 258 (сент)	Плов из птицы	225	67	18.9	22.06	42.06	442.42	274.5	0.5	29.25	0.1	652.5	7.46	15.49	86.18	3.2	1.1	2.25	-	6.2	-
ТТК 38	Мандарины	100	45	1.4	-	7.5	45	68	26	46	-	394	4	1	34	0.8	0.6	38	16	-	-
ТТК 118	Какао "Хрутка"	200	26	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146	-	2	20	0.2	15	10	0.1	-	0.1
ТТК 243	хлеб пшеничный йодированный	30	6	2.38	2.4	14.64	70.2	8.7	4.5	13.5	-	-	-	-	-	114	-	0.2	-	4.2	-
	Итого		169	25.18	25.2	90.2	680.62	418.1	138.25	139.95	54.49	262.7	12.36	18.49	140.16	114.43	3.3	16.01	51.77	1.47	0.1
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
	Огурец свежий (порционно)	60	28	1.24	0.6	3.78	15	36.56	25.08	44.78	1.24	-	-	-	-	0.7	-	0.1	-	-	-
ТТК 42	Суп-пюре из разных овощей с пшеничными гренками.	270	30	3.76	6.29	24	165	48.5	49.6	57	1.13	344.1	4.38	2.34	25.3	0.7	0.5	2	21	28	6.5
ТТК 1а	Гуляш из говядины	100	94.5	15.5	13.9	13.1	205	14	20	150	2	270	6.34	-	55.44	0.4	1.2	1	0.1	2.2	-
ТТК (5)	Макаронные изделия отварные.	180	16.24	5.4	3.36	34.45	229.2	15.84	10.08	51.84	1.15	122.4	1.58	-	24.29	0.8	0.4	-	0.5	1.15	0.8
	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	5.5	23.48	115.35	13.5	6.6	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	0.8	0.3	-	-	-	-
	Банан.	180	41.26	2.71	9.1	37.8	172.8	14.4	75.6	50.4	1.08	626.4	0.9	1.8	3.96	0.8	0.9	1.8	-	7.2	-
ТТК 39	Сок разливной	200	25	-	-	19.2	80.8	14	14	8	2.8	-	-	-	-	0.2	-	4	-	-	-
	Итого		245	32.74	25.07	155.81	983.15	156.8	260.36	379.27	10.48	1444.7	16.29	7.24	122.96	4.4	3.3	7.7	25.01	5.35	7.3
	Всего за день		414	57.92	50.27	246.01	1663.77	574.9	398.6	519.22	64.97	2707.4	28.65	25.73	263.17	114.87	66	16.78	76.78	6.82	7.4

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

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



Неделя: 2
 День: 5

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CD2666417FA4EE15BEAD973B9EB10E9871E4211
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 26.09.2023 по 26.12.2024

МЕНЮ
 20 Декабря 2024

№ 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
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 класс)																					
ТТК 438	Огурец консервированный (порционно)	60	25	-	-	3.6	16	6.9	7.2	4.2	18	70.21	-	-	-	01	01	1.5	-	03	-
ТТК 258	Плов из птицы	200	68	14.3	16	36.1	350	216.85	46.7	26	2.7	515.56	5.28	20	114	12	06	14.7	-	-	-
ТТК 38	Мандарины	100	40.4	-	-	7.5	38	68	26	46	-	394	4	1	34	08	06	38	16	-	-
ТТК 118	Какао "Хрутка"	200	28.1	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146	-	2	20	02	15	10	01	-	01
ТТК 243	хлеб пшеничный йодированный	25	4.5	1.98	-	12.2	58.5	7.25	37.5	11.25	-	-	-	-	-	95	-	02	-	35	-
	Итого		166	19.48	18.8	81.8	569.5	359.04	177.4	134.45	57.18	125.7	110.18	23	168	95.23	28	16.31	64.22	78	01
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																					
	Сыр "Российский" (порционно),	20	20	4.6	5.9	15	72.6	176	9	130	-	29	-	2.9	-	01	06	14	52	-	19
ТТК 453	Каша молочная овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	205	38	6.1	8.6	30.8	233.5	147	32.2	155.7	45	151	8.92	9.76	37	07	12	1.56	44	17	-
ТТК 19	Напиток из яблок	200	15	-	-	16.1	88	5	2	3	1	57.5	-	-	1.5	01	04	3	75	-	-
ТТК 243	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	-
	Итого		83	12.68	14.8	74.75	454.8	332.75	59.45	291.95	1.95	403.5	10.62	15.46	43.3	12	23	96.75	4.7	1.1	19
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (родительская плата) (завтрак 5-11 класс (род.плата))																					
ТТК 438	Огурец консервированный (порционно)	60	25	-	-	3.6	16	6.9	7.2	4.2	18	70.21	-	-	-	01	01	1.5	-	03	-
ТТК 38	Мандарины	100	45	-	-	7.5	38	68	26	46	-	394	4	1	34	08	06	38	16	-	-
ТТК 118	Какао "Хрутка"	200	28.1	2.5	2.5	22.4	107	60	60	47	53.7	146	-	2	20	02	15	10	01	-	01
	хлеб "Пшеничный" йодированный	30	6	2.38	2.4	14.64	70.2	0.4	-	-	01	27.96	96	1.8	4.36	34	6	01	-	34	-
	Итого		104.1	5.58	2.84	48.14	231.2	134.94	93.2	97.2	54.49	338.17	5.86	4.8	58.36	45	6.22	16.01	49.51	77	01

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