



Директор
ФФФ "КДП 'ЗДОРОВЬЕ И СЫТ'"
Волошко К.Ю.



Директор школы № _____

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 01.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	69
Биточки из птицы с соусом		50/50	185
Макаронные изделия отварные с маслом сл		150	168
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	572
Обед			
Салат Степной с кукурузой и маслом раст		60	97
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью на курином буль		200/5/2	85
Птица тушеная в соусе		50/50	137
Горох отварной		150	232
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	777	817
Всего:	132,70	1 317	1 389

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,03	витЕ - 2,61	витА - 7,25
52,18	46,85	189,21	витВ2 - 0,01	витВ1 - 1,04	витС - 41,07

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 405,93 Mg - 186,7 Fe - 15,67 К - 73,58

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ФФОРЖДП "ЗДОРОВ И СЫТ"
документ

Волошко К.Ю.



СОГЛАСОВАНО
Директор школы №

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 04.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Йогурт Нежный		100	52
Каша молочная геркулесовая с маслом		200/5	270
Кисель		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	535	531
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом		60	36
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	134
Тефтели из говядины тушеные в соусе		50/50	176
Каша гречневая вязк		150	157
Комлот из св.яблок		200	115
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	786	784
Всего:	132,70	1 321	1 314

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитРР - 0,04	Витамины в миллиграммах
40,55	39,66	197,02		витЕ - 2,12 витА - 0,11
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 633,45	Mg - 243,61	Fe - 9,52	К - 94,9	

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Дмитриева О.А.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор
 ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"
 документооборот
 Волошко К.Ю.



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 05.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Мясо тушеное говядина		50/50	305
Макаронные изделия отварные с маслом сл		150	168
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	544	697
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым и маслом ра		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Фрикадельки из рыбы с томатным соусом.		50/50	70
Пюре картофельное		150	137
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	776	571
Всего:	132,70	1 320	1 268

Для всего меню

	В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы		витРР - 1,44	витЕ - 2,15	витА - 6,76
38,99	56,33	151,68		витВ2 - 0,13	витВ1 - 0,91	витС - 59,53

Минеральные вещества в миллиграммах
 Са - 327,97 Mg - 156,82 Fe - 18,48 К - 773,42

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)
 Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "Здоров и Сыт"
 Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 ГБОУ СОШ
 им. Н.И.Ильинской
 с. Рысайкино

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 06.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	66
Каша молочная рисовая см/сливочным		250/5	318
Напиток шоколадный Nesquik		200	105
Батон порционно...		40	109
Итого:	59,10	505	598
Обед			
Салат Степной с кукурузой и маслом раст		60	97
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.		200/5/2	94
Шницель из птицы с соусом		50/50	185
Горох отварной		150	232
Напиток фруктовый		200	91
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	777	865
Всего:	132,70	1 282	1 463

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
43,69	46,55	217,3	витPP - 0,08	витE - 2,23 витA - 18,35
			витB2 - 0,09	витB1 - 1,11 витC - 42,48

Минеральные вещества в миллиграммах
 Ca - 707,4 Mg - 192,93 Fe - 12,6 K - 187,96

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)
 Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"
 Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 07.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	56
Котлеты из мяса говядины с соусом		50/50	194
Каша гречневая вязкая		150	157
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	556
Обед			
Салат из зеленого горошка консерв и масла раст,		60	54
Суп картофельный с вермишелью и зеленью на мясном бульоне		200/1	119
Гуляш из отварной говядины		50/50	164
Каша перловая с маслом.		150	182
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	771	786
Всего:	132,70	1 311	1 342

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,8	Витамины в миллиграммах
47,27	51,38	177,33		витА - 43,4 витВ1 - 0,83

Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 291,91	Mg - 210,69	Fe - 11,78	К - 49,8

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 08.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом		60	36
Рыба, тушенная с овощами		50/50	105
Пюре картофельное		150	137
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	452
Обед			
Винегрет овощной с маслом рас		60	75
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью на курином бульоне		200/1	150
Биточки из птицы с соусом		50/50	185
Рис отварной		150	210
Компот из смеси сухофруктов.		200	133
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	771	919
Всего:	132,70	1 311	1 371

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 1,62	витЕ - 2,08	витА - 1,22
43,49	46,94	193,16	витВ2 - 0,12	витВ1 - 0,83	витС - 66,23

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 689,89 Mg - 208,1 Fe - 15,47 K - 953,43

Зав. производством _____

Куликова Л.А.

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Дмитриева О.А.

Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ИДТ "ЗДОРОВИ СЫТ"
 Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

Лиза

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 11.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл		250/5	274
Какао с молоком		200	119
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	503	526
Обед			
Икра кабачковая		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Тефтели из говядины тушеные в соусе		50/50	176
Макаронные изделия отварные с маслом сл		150	168
Компот из смеси сухофруктов.		200	133
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	776	795
Всего:	132,70	1 279	1 321

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 1,21	витE - 1,97	вита - 69,54
37,86	46,7	186,98	витB2 - 0,37	витB1 - 0,65	витC - 36,26

Минеральные вещества в миллиграммах
 Ca - 761,18 Mg - 178,13 Fe - 11,26 K - 796,26

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Дмитриева О.А.* Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ БИТ"



Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы №



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 12.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с зеленью и маслом раст		60	53
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	104
Пюре картофельное		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	544	444
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на мясном булье		200/1	89
Гуляш из отварной говядины		50/50	164
Рис отварной .		150	210
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной	73,60	30	78
Итого:	73,60	771	777
Всего:	132,70	1 315	1 221

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 1,36	Витамины в миллиграммах
40,09	43,47	173,47	витВ2 - 0,11	витЕ - 1,48 витаминА - 1,34
				витВ1 - 0,65 витаминС - 62,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 631,25 Mg - 154,05 Fe - 15,78 К - 701,6

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.