

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО ЭДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Волошко К.Ю.

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

**М Е Н Ю**

на 01.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье..		50	220
Каша молочная кукурузная*		250/5	374
Кофейный напиток с молоком		200	101
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	535	776
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный"		60	64
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	79
Колбаса отварная с соусом..		50/50	153
Каша гречневая вязк		150	157
Напиток фруктовый + С витамин		200	91
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	776	710
Всего:	132,70	1 311	1 485

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 33,35	витВ1 - 0,98	витВ2 - 0,21
38,56	46,65	224,96	витЕ - 2,28	витРР - 0,91	витС - 45,17
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 664,61	Fe - 10,65	К - 333,77	Mg - 364,93		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор Для  
 ООО "КДП "ЗДОРОВИ-СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 кл.)

**М Е Н Ю**

на 02.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена..		250/5	274
Какао с молоком..		200	119
Батон порционнo.		30	81
Итого:	59,10	503	526
<b>Обед</b>			
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
Рис отварной .		150	210
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	776	836
Всего:	132,70	1 279	1 362

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витА - 69,54	Витамины в миллиграммах	витВ1 - 0,62	витВ2 - 0,37
35,99	47,55	197,21	витЕ - 1,97	витРР - 1,21	витС - 36,26	
Минеральные вещества в миллиграммах			Mg - 173,35			
Ca - 1 056,32	Fe - 7,52	K - 796,26				

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 с. Рысайкино 1-4 классы

М Е Н Ю

на 03.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Огурец св, порционно.		60	6
Биточки из птицы с соусом		50/50	185
Макаронные изделия отварные ,		150	168
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный*		30	89
Итого:	59,10	540	509
<b>Обед</b>			
Салат Степной с кукурузой.		60	97
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		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	1 326

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
51,29	Жиры	184,52	витА - 7,13	витВ1 - 1,04	витВ2 - 0,01
	42,4		витЕ - 2,61	витРР - 0,03	витС - 35,19

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 393,02 Fe - 15,05 К - 73,58 Mg - 179,15

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДЛ "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

**М Е Н Ю**

на 06.09.2021

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

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витА - 0,11	Витамины в миллиграммах
40,55	39,66	197,02		витВ1 - 0,82    витЕ - 2,12
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 633,45	Fe - 9,52	К - 94,9	Mg - 243,61	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Для  
 Директор  
 ООО ТДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

**МЕНЮ**

на 07.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая		60	74
Мясо тушеное говядина		50/50	305
Макаронные изделия отварные		150	168
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
<b>Итого:</b>	<b>59,10</b>	<b>544</b>	<b>697</b>
<b>Обед</b>			
Салат из репчатого лука		60	56
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
<b>Итого:</b>	<b>73,60</b>	<b>776</b>	<b>591</b>
<b>Всего:</b>	<b>132,70</b>	<b>1 320</b>	<b>1 288</b>

Для всего меню

		В граммах				
Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах			
39,28	56,91	155,33	вита А - 6,75	витаВ1 - 0,94	витаВ2 - 0,12	
			витаЕ - 2,15	витаРР - 1,39	витаС - 61,81	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 331,36	Fe - 18,57	К - 704,05	Mg - 156,57			

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "Здоров и сыт"  
Волышко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ с. Рысайкино 1-4 классы

**М Е Н Ю**

на 08.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Сосиски отварные		50	131
Каша молочная рисовая см/сливочным		250/5	318
Напиток шоколадный Nesquik		200	105
Батон порционнo.		30	81
Итого:	59,10	535	635
<b>Обед</b>			
Салат Степной с кукурузой.		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 + С витамин		200	91
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	777	865
Всего:	132,70	1 312	1 500

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
47,91	50,46	212,06	витА - 18,31	витВ1 - 1,09	витВ2 - 0,09
			витЕ - 2,2	витРР - 0,08	витС - 42,48
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 722,5	Fe - 13,36	К - 178,76	Mg - 201,58		

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)

МЕНЮ

на 09.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из свеклы отварной		60	56
Котлеты из мяса говядины с соусом.		50/50	194
Каша гречневая вязк		150	157
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	556
<b>Обед</b>			
Салат из свежих огурцов. лука. масла растительного		60	40
Суп картофельный с вермишелью и зеленью на мясном б		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	772
Всего:	132,70	1 311	1 328

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
44,85	Жиры	175	витА - 0,12	витВ1 - 0,79	витЕ - 0,83
	51,88				
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 292,04	Fe - 11,7	К - 49,8	Mg - 206,12		

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 с. Рысайкино 1-4 классы

**МЕНЮ**

на 10.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительн		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
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной ,		60	75
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью на ку		200/1	150
Биточки из птицы с соусом		50/50	185
Рис отварной .		150	210
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		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	витА - 1,22	витВ1 - 0,83	витВ2 - 0,12
43,49	46,94	193,16	витЕ - 2,08	витРР - 1,62	витС - 66,23

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 689,89    Fe - 15,47    К - 953,43    Mg - 208,1

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Дмитриева О.А.

*Куликова Л.А.*  
*Дмитриева О.А.*