



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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 13.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена..		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 ,		150	168
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		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

Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 1,21	витЕ - 1,97	витА - 69,54
37,86	46,7	186,98	витВ2 - 0,37	витВ1 - 0,65	витС - 36,26
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 761,18	Mg - 178,13	Fe - 11,26	К - 796,26		

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 14.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью*		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 ,		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*		30	78
Итого:	73,60	771	777
Всего:	132,70	1 315	1 221

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	ВитРР - 1,36	Витамины в миллиграммах	витЕ - 1,48	вита - 1,34
40,09		43,47	173,47	витВ2 - 0,11	витВ1 - 0,65	витС - 62,67	

Минеральные вещества в миллиграммах

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

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 15.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье..		50	220
Каша молочная кукурузная*		250/5	374
Кофейный напиток с молоком		200	101
Батон порционный.		30	81
Итого:	59,10	535	776
Обед			
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

Белки	Жиры	Углеводы
38,56	46,65	224,96

витРР - 0,91
витВ2 - 0,21

Витамины в миллиграммах

витЕ - 2,28	витА - 33,35
витВ1 - 0,98	витС - 45,17

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 664,61	Мg - 364,93	Fe - 10,65	К - 333,77
-------------	-------------	------------	------------

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 16.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*		150	68
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		150/30	340
Кисель + С витамин		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	560	617
Обед			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зеленью..		10/200/1	119
Кнели куриные с соусом		50/50	173
Каша пшеничная вязкая		150	149
Компот из св.яблок + С витамин		200	115
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	781	752
Всего:	132,70	1 341	1 369

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах
38,1	Жиры 30,06	234,34	витЕ - 6,37 витА - 0,32 витВ2 - 0,06

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 522,01 Mg - 154,3 Fe - 11,48 К - 77,4

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 17.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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	витРР - 0,03
	42,4		витЕ - 2,61
			витА - 7,13
			витВ1 - 1,04
			витС - 35,19
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 393,02	Mg - 179,15	Fe - 15,05	К - 73,58

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 20.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Йогурт Нежный		100	52
Каша молочная геркулесовая с маслом		200/5	270
Кисель + С витамин		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	535	531
Обед			
Салат из белокачанной 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 вязк		150	157
Компот из св.яблок + С витамин		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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 0,04	витE - 2,12	витA - 0,11
40,55	39,66	197,02			

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 633,45	Mg - 243,61	Fe - 9,52	K - 94,9
-------------	-------------	-----------	----------

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 21.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Итого:	59,10	544	697
Обед			
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
Итого:	73,60	776	591
Всего:	132,70	1 320	1 288

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 1,39	витE - 2,15	витA - 6,75
39,28	56,91	155,33	витB2 - 0,12	витB1 - 0,94	витC - 61,81

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 331,36	Mg - 156,57	Fe - 18,57	K - 704,05
-------------	-------------	------------	------------

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.