

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 ООО "КДП "Здоров и Сыт"

Волошко К.Ю.



СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)



МЕНЮ

на 22.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сосиски отварные		50	131
Каша молочная рисовая см/сливочным		250/5	318
Напиток шоколадный Nesquik		200	105
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	535	635
Обед			
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..		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	витРР - 0,08	Витамины в миллиграммах	витЕ - 2,2	витА - 18,31
47,91	50,46	212,06	витВ2 - 0,09	витВ1 - 1,09	витС - 42,48	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 722,5	Mg - 201,58	Fe - 13,36	K - 178,76			

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

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,83	витА - 0,12	витВ1 - 0,79
44,85	51,88	175			

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 292,04	Mg - 206,12	Fe - 11,7	K - 49,8
-------------	-------------	-----------	----------

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

Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Для

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 24.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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.		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)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДЕ "ЗДОРОВ И СЫТ"
 Волошко К.Ю.



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 27.09.2021

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.		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	витРР - 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. (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

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	Витамины в миллиграммах		
40,09		43,47	173,47	витРР - 1,36	витЕ - 1,48	витА - 1,34
				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 29.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье..		50	220
Каша молочная кукурузная*		250/5	374
Кофейный напиток с молоком		200	101
Батон порционно.		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..		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

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
38,56		46,65	224,96	витРР - 0,91	витЕ - 2,28	витА - 33,35
				витВ2 - 0,21	витВ1 - 0,98	витС - 45,17

Минеральные вещества в миллиграммах
 Са - 664,61 Mg - 364,93 Fe - 10,65 К - 333,77

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

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КАП" ЗДОРОВ И СЫТ
 Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 30.09.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко		150	68
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		150/30	340
Кисель .		200	128
Батон порционнo.		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		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	234,34	витЕ - 6,37
	30,06		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.