

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №

ГБОУ СОШ  
 Ф. Н. Ижарерова  
 с. Рысайкино

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

**МЕНЮ**

на 18.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье,		25	109
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	366
Кисель .		200	128
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	510	692
<b>Обед</b>			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительны		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 свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	786	784
Всего:	132,70	1 296	1 476

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
40,94	47,98	218,23	витА - 27,6 витВ1 - 0,91 витВ2 - 0,19 витС - 35,04 витРР - 0,17
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 449,91	Fe - 9,96	К - 249,8	Mg - 262,41

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 (витаминация) 1-4 класс

**М Е Н Ю**

на 18.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	92
Итого:	26,81	1	92
Всего:	26,81	1	92

**Для всего меню**

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
2,4	0,2	20,2	
Минеральные вещества в миллиграммах			
Ca - 14	Fe - 2,8	Mg - 8	P - 14

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Касаткина

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

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №

ГБОУ СОШ  
 им. Ф.Н.Ижидерова  
 с. Рысайкино

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

**М Е Н Ю**

на 19.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса говядины с соусом,		50/50	171
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	168
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	544	563
<b>Обед</b>			
Салат из соленых огурцов с луком и м/ растительным		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	1 134

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
37,29	38,37	160,05	витА - 6,78	витВ1 - 0,75	витВ2 - 0,13
			витЕ - 1,95	витРР - 1,44	витС - 60,69
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 333,17	Fe - 18,71	К - 773,42	Mg - 150,46		

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 (витаминация) 1-4 класс

**М Е Н Ю**

на 19.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Яблоко*		150	68
Итого:	26,81	150	68
Всего:	26,81	150	68

**Для всего меню**

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
0,6		0,6	14,7	витА - 0,05 витВ1 - 0,05 витЕ - 0,05
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 24	Fe - 3,3	Mg - 28,5	P - 16,5	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_

Касаткина





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



"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы № \_\_\_\_\_  
 ГБОУ СОШ  
 им. Ф.Н.Ижидерова  
 с. Рысайкино

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

**МЕНЮ**

на 20.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Масло сливочное порционн.		10	66
Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	265
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	59,10	505	510
<b>Обед</b>			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью на бульо		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	799
Всего:	132,70	1 282	1 310

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	
41,91	41,88	191,39	вита - 33,76
			витаЕ - 6,03
Минеральные вещества в миллиграммах		витаВ1 - 1,19	
Са - 611,45	Fe - 11,83	К - 249,38	витаВ2 - 0,2
			витаРР - 0,16
			витаС - 32,43
			Мg - 186,11

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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

Директор школы №

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (витаминация) 1-4 класс



М Е Н Ю

на 20.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	92
Итого:	26,81	1	92
Всего:	26,81	1	92

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
2,4		0,2	20,2	
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 14	Fe - 2,8	Mg - 8	P - 14	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Касаткина

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДН "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №

ГБОУ СОШ  
 с. Рысайкино

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 21.10.2021

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
Напиток из смородины		200	107
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	602
<b>Обед</b>			
Вафли*		27	141
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	119
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		150/30	340
Компот из изюма.		200	121
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	668	888
Всего:	132,70	1 208	1 489

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 0,23	витВ1 - 0,84	витВ2 - 0,07
38,09	44,47	232,25	витЕ - 0,79	витРР - 0,02	витС - 36,98
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 394,72	Fe - 9,28	К - 78,76	Mg - 202,72		

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

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (витаминация) 1-4 класс

МЕНЮ на 21.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Яблоко*		150	68
Итого:	26,81	150	68
Всего:	26,81	150	68

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
0,6	0,6	14,7	витА - 0,05    витВ1 - 0,05    витЕ - 0,05
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 24	Fe - 3,3	Mg - 28,5	Р - 16,5

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  
Ф.Н.Ихедерова  
с. Рысайкино

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 22.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом		60	36
Плов из птицы		250	388
Компот из смеси сухофруктов.		200	133
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	646
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной с маслом рас		60	75
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	150
Сосиски отварные с соусом,		50/50	154
Каша пшенная вязкая с маслом		150	164
Компот из свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	771	824
Всего:	132,70	1 311	1 470

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
48,76	47,03	211,86

Витамины в миллиграммах

витА - 33,65	витВ1 - 0,99	витВ2 - 0,01
витЕ - 1 605,07	витРР - 0,26	витС - 49,01

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 383,66	Fe - 10,73	К - 304,98	Mg - 216,94
-------------	------------	------------	-------------

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 (витаминизация) 1-4 класс

МЕНЮ

на 22.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминиза</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	92
Итого:	26,81	1	92
Всего:	26,81	1	92

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
2,4		0,2	20,2	
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 14	Fe - 2,8	Mg - 8	P - 14	

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

Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.