

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы) говяд

М Е Н Ю

на 15.11.2021

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	59,10	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	73,60	30	78
Итого:	73,60	786	784
Всего:	132,70	1 296	1 476

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры
40,94	47,98

Углеводы

218,23

витА - 27,6  
витЕ - 2,12

Витамины в миллиграммах

витВ1 - 0,91	витВ2 - 0,19
витРР - 0,17	витС - 35,04

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 449,91	Fe - 9,96	К - 249,8
-------------	-----------	-----------

Mg - 262,41

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер произв.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы) г.Влад

МЕНЮ

на 16.11.2021

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	177
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

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
37,29	38,37	160,05

вита - 6,78  
витаЕ - 1,95

Витамины в миллиграммах  
витаВ1 - 0,75    витаВ2 - 0,13  
витаРР - 1,44    витаС - 60,69

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 333,17    Fe - 18,71    К - 773,42    Mg - 150,46

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер произв.



"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "УП "ЗДОРОВИ СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы) г.овяд

**МЕНЮ**

на 18.11.2021

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, зеленью		250/1	135
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		150/30	340
Компот из свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	718	897
Всего:	132,70	1 258	1 499

Для всего меню

Белки		В граммах		Витамины в миллиграммах			
35,91	Жиры	44,28	Углеводы	вита А - 0,27	витаВ1 - 0,84	витаВ2 - 0,07	
			234,82	витаЕ - 0,99	витаРР - 0,02	витаС - 35,95	
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са - 394,6	Fe - 9,64	К - 82,11		Mg - 202,35			

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер произв.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино ( 1-4 классы)

**М Е Н Ю**

на 19.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккол
<b>Завтрак</b>			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительны		60	36
Плов из птицы		250	388
Компот из смеси сухофруктов.		200	133
Хлеб пшеничный		30	89
<b>Итого:</b>	<b>59,10</b>	<b>540</b>	<b>646</b>
<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	150
Каша пшенная вязкая с маслом		150	164
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
<b>Итого:</b>	<b>73,60</b>	<b>771</b>	<b>771</b>
<b>Всего:</b>	<b>132,70</b>	<b>1 311</b>	<b>1 417</b>

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
48,8	46,92	198,95

Витамины в миллиграммах		
витА - 33,65	витВ1 - 0,98	витВ2 - 0,01
витЕ - 1 605,06	витРР - 0,26	витС - 48,21

Минеральные вещества в миллиграммах  
 Са - 374,73 Fe - 10,65 К - 304,98

Mg - 216,2

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер произв.