

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 06.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	274
Какао с молоком..		200	119
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	503	534
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 с м/ сливочным		150	168
Компот из изюма.		200	121
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	776	783
Всего:	132,70	1 279	1 317

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,95	витЕ - 1,97	витА - 69,54
38,45	47,14	184,85	витВ2 - 0,36	витВ1 - 0,63	витС - 40,76

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 655,12 Mg - 165,19 Fe - 10,86 K - 538,86

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Для

Волошко К.Ю.

документов

САМАРСКАЯ ОБЛАСТЬ

ИНН 631803/841 ОГРН 1196310021933

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 07.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом раст,		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 и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	89
Плов с мясом говяд		250	478
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	771	881
Всего:	132,70	1 315	1 325

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
34,52	48,45	186,3

витРР - 1,36
витВ2 - 0,11

Витамины в миллиграммах
витЕ - 2,9 вита - 1,47
витВ1 - 0,9 витС - 66,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 339,47 Mg - 172,38 Fe - 15,04 К - 701,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КАП. ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 08.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	66
Суп молочный с вермишелью.		250	150
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	59,10	500	435
Обед			
Салат "Витаминный" с маслом раст,		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 из смородины		200	107
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	776	725
Всего:	132,70	1 276	1 160

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,15	витЕ - 2,28	витА - 33,37
32,8	45,79	152,16	витВ2 - 0,17	витВ1 - 0,92	витС - 42,53
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 644,34	Mg - 195,88	Fe - 8,84	K - 230,9		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 09.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Вафли.		54	283
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	434
Кисель .		200	128
Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	59,10	504	964
Обед			
Печенье,		25	109
Суп картофельный с вермишелью и зеленью на курином		200/1	85
Кнели куриные с соусом		50/50	173
Горох отварной		150	232
Компот из свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	736	879
Всего:	132,70	1 240	1 843

Для всего меню

В граммах
 Белки 50,51
 Жиры 54,04

Углеводы
 288,84

витЕ - 1,15

Витамины в миллиграммах
 витА - 0,3 витВ2 - 0,08

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 586,79 Mg - 180,63 Fe - 12,68 К - 49,8

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 10.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	69
Биточки из птицы с соусом		50/50	185
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	168
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	572
Обед			
Салат Степной с кукурузой и м/ растительным		60	97
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		200/5/2	85
Шницель из мяса говядины с соусом.		50/50	171
Рис отварной .		150	210
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	777	830
Всего:	132,70	1 317	1 402

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,04	48,79	199,67	витРР - 0,03	витЕ - 2,47	вита - 7,19
			витВ2 - 0,01	витВ1 - 0,65	витС - 41,21

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 617,9 Mg - 145,72 Fe - 12,58 К - 73,58

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

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 14.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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

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

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор Для
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 15.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		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
Обед			
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
Компот из изюма.		200	121
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	777	829
Всего:	132,70	1 282	1 340

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитРР - 0,16	ВитЕ - 6,02	ВитА - 33,76
42,07	41,9	198,79	ВитВ2 - 0,2	ВитВ1 - 1,21	ВитС - 26,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 620,45	Mg - 190,3	Fe - 12,12	К - 249,38		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

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

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 16.12.2021

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
Напиток из смородины		200	107
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	540	602
Обед			
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	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
35,91		44,28	234,82	витРР - 0,02 витВ2 - 0,07
				витЕ - 0,99 витВ1 - 0,84 вита - 0,27 витС - 35,95
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 394,6	Mg - 202,35	Fe - 9,64	К - 82,11	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ" Для
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И БЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 12.2021

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

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитРР - 0,26	Витамины в миллиграммах	витЕ - 1 605,06	вита - 33,65
48,8	46,92	198,95	витВ2 - 0,01	витВ1 - 0,98	витС - 48,21	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 374,73	Mg - 216,2	Fe - 10,65	K - 304,98			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.