

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДЛЗДОРОВИ СЫТ"

Волошко

Волошко К.Ю.



Директор школы №



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 29.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,		25	109
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	366
Кисель .		200	128
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	510	692
Обед			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительне		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

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
40,94	47,98	218,23

Витамины в миллиграммах

витPP - 0,17	витЕ - 2,12	витА - 27,6
витВ2 - 0,19	витВ1 - 0,91	витС - 35,04

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 449,91	Mg - 262,41	Fe - 9,96	K - 249,8
-------------	-------------	-----------	-----------

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Для

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 30.11.2021

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

Белки	В граммах		Углеводы	Витамины в миллиграммах		
	Жиры			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
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Для
Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 01.12.2021

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	В граммах Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
42,07	41,9	198,79	витРР - 0,16	витЕ - 6,02	витА - 33,76
			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)

МЕНЮ

на 02.12.2021

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	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
35,91	44,28	234,82	витРР - 0,02	витЕ - 0,99	витА - 0,27
			витВ2 - 0,07	витВ1 - 0,84	витС - 35,95

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 394,6 Mg - 202,35 Fe - 9,64 K - 82,11

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.



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



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

МЕНЮ

на 03.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной 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 пшенная 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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 0,26	витE - 1 605,06	витA - 33,65
48,8	46,92	198,95	витB2 - 0,01	витB1 - 0,98	витC - 48,21
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 374,73	Mg - 216,2	Fe - 10,65	K - 304,98		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.