



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



СОГЛАСОВАНО
Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 21.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Вафли		27	155
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом		250/5	302
Кисель + С витамин		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	512	657
Обед			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас		60	51
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	115
Тефтели из говядины тушеные в соусе		50/50	171
Каша гречневая вязк		150	135
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	786	732
Всего:	149,30	1 298	1 389

Для всего меню

В граммах
Белки 60,19
Жиры 43,36
Углеводы 213,01

Витамины в миллиграммах
витЕ - 0,36
витВ2 - 0,72

Витамины в миллиграммах
витА - 308,05
витВ1 - 0,56
витD - 10,8
витС - 32,18

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 194,49 Se - 34,52 Ca - 429,74 Mg - 208,58
I - 258,4 Fe - 8,87 K - 1 203,15 P - 602,48

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.



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



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 22.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	74
Биточки из мяса говядины с соусом		50/50	170
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	564
Обед			
Салат из моркови с сахаром		60	31
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из мяса говядины		200	259
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	726	591
Всего:	149,30	1 270	1 155

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
36,91	40,26	161,5	вита А - 1 339,07 витамин В2 - 0,61
			вита Е - 0,92 витамин В1 - 0,47
			вита С - 35,19 витамин D - 0,75

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 180,99	К - 207,02	Р - 456,35	Na - 2 007,37
F - 111,02	Se - 15,75	Mg - 136,61	Fe - 8,98

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.



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

5317116-2022-07



СОГЛАСОВАНО
 Директор школы № _____

 Г. Рысайкино

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 24.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Плов с цыпленком		200	365
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	614
Обед			
Яблоко		110	49
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное		150	131
Кисель + С витамин		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	827	670
Всего:	149,30	1 327	1 284

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
36,72	38,99	196,37	витА - 819,17 витD - 9,04 витB2 - 0,8
Минеральные вещества в миллиграммах			
F - 640,12	Se - 30,88	Ca - 291,74	Mg - 173,62
I - 421,79	Fe - 8,95	K - 1 966,38	P - 571,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
 Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.



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



СОГЛАСОВАНО
 Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 25.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительн		60	53
Котлеты из мяса говядины с соусом.		50/50	165
Каша гречневая вязк		150	135
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	484
Обед			
Винегрет овощной с маслом рас		60	73
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Сосиски отварные с соусом		50/50	163
Рис отварной		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	816
Всего:	149,30	1 311	1 300

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	витА - 442,51	витD - 0,47
36,32	45,89	185,32	витВ2 - 0,57	витВ1 - 0,5	витС - 18,5

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 217,27	l - 328,58	P - 528,4	Na - 3 222,55
F - 81,57	Se - 19,88	Mg - 187,94	Fe - 9,77

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор Для
ООО "КДЛ "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 28.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл		250/5	250
Какао с молоком		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	516
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	171
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	769
Всего:	149,30	1 279	1 286

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
34,97	Жиры	190,93	витЕ - 0,96	витА - 257,51	витD - 0,48
	42,43		витВ2 - 0,73	витВ1 - 0,39	витС - 19,91

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 475,84	І - 207,93	Р - 629,92	Na - 1 990,11
F - 110,82	Se - 20,1	Mg - 137,85	Fe - 7,38

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.