

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ФД "ЗДОРОВ И СЫТ"
Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 10.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса говядины с соусом,		50/50	170
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	564
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	1 371	1 234

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры
37,53	35,9

Углеводы

189,93

витЕ - 0,92
витВ2 - 0,64

Витамины в миллиграммах

витА - 577,07	витD - 9,34
витВ1 - 0,51	витС - 43,66

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 497,88	Se - 23,03	Ca - 245,76	Mg - 151,66
I - 330,42	Fe - 9,87	K - 1 789,85	P - 521,76

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 11.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат Степной:		60	77
Биточки из птицы с соусом		50/50	166
Каша гречневая вязк		150	135
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	509
Обед			
Салат овощной с кукурузой и морковью .		60	58
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью на бул		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	800
Всего:	149,30	1 311	1 309

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
36,5	Жиры	184,51	витЕ - 0,73	витА - 733,64
	47,14		витВ2 - 0,59	витD - 0,49
			витВ1 - 0,54	витС - 13,51

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 172,67	Se - 19,84	Ca - 214,07	Mg - 191,69
I - 362,44	Fe - 9,39	K - 950,44	P - 532,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор
 ООО "КПР "ЗДОРОВИИ СЫТ"

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 14.03.2022

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 **		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

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

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 110,82	Se - 20,1	Ca - 475,84	Mg - 137,85
I - 207,93	Fe - 7,38	K - 998,8	P - 629,92

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 15.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	58
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Каша гречневая вязк		150	135
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	504	511
Обед			
Салат из свеклы с яблоками .		60	61
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	82
Шницель из мяса говядины с соусом.		50/50	170
Пюре картофельное ,		150	131
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	669
Всего:	149,30	1 275	1 180

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	Витамины в миллиграммах	витА - 222,46	витD - 1,07
34,12	47,76	153,52	витВ2 - 0,77	витВ1 - 0,53	витС - 24,23	

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 102,16	Se - 17,27	Ca - 209,83	Mg - 179,71
I - 177,08	Fe - 10,32	K - 1 386,28	P - 510,93

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.