

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



МЕНЮ

на 04.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,		25	108
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	302
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	510	611
Обед			
Яблоко,...		110	49
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	115
Тефтели из говядины тушеные в соусе		50/50	171
Каша гречневая с растительным маслом		150	169
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	836	764
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 546	1 451

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
62,47		37,54	241,33	витЕ - 0,36 витаминА - 297,02 витаминВ2 - 0,72
				витВ1 - 0,62 витаминС - 31,54 витаминD - 10,73
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 337,25	І - 206,44	Р - 641,45	Na - 2 011,64	
F - 203,15	Se - 30,84	Mg - 233,39	Fe - 12,01	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

МЕНЮ

на 05.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса говядины с соусом,		50/50	170
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Чай с лимоном		200/3,5	2
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	502
Обед			
Салат из редьки*		60	53
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметан		200/5	84
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	775	644
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 519	1 222

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
38,67		37,16	186,25	витPP - 0,15	витE - 0,92	витA - 643,78
				витD - 9,2	витB2 - 0,6	витB1 - 0,53

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 490,35	Se - 22,93	Ca - 238,86	Mg - 161,98
I - 326,95	Fe - 9,01	K - 1 687,92	P - 530,16

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 06.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	58
Каша молочная рисовая см/сливочным		250/5	293
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	505	590
Обед			
Винегрет овощной		60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью на бульоне		200/1	91
Шницель из птицы с соусом		50/50	167
Каша перловая с маслом раст.		150	122
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	719
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 476	1 385

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах
34,3	Жиры	222,39	витА - 384,85
	40,06		витD - 2,18
			витB2 - 0,92

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 235,38	Se - 33,78	Ca - 406,33	Mg - 160,63
I - 277,65	Fe - 7,47	K - 1 213,39	P - 635,29

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДЯ "ЗДОРОВИ СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 07.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
Плов с отварным мясом птицы		200	365
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	612
Обед			
Печенье,		25	108
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		200/5/1	77
Жаркое из отварного мяса птицы		200	256
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	691	666
Витаминизация			
Фрукт.*		120	42
Итого:	16,55	120	42
Всего:	165,85	1 311	1 319

Для всего меню

В граммах
Белки 38,71
Жиры 45,9
Углеводы 188,04

Витамины в миллиграммах
витЕ - 0,01
витВ1 - 0,52
витА - 496,26
витС - 40,33
витВ2 - 0,73
витD - 0,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 197,52
F - 327,08
I - 232,58
Se - 29,07
P - 509,84
Mg - 148,15
Na - 2 421,58
Fe - 9,42

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 08.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Биточки из птицы с соусом		50/50	166
Каша гречневая с растительным маслом		150	169
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	524
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 с маслом растительным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	800
Витаминация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 511	1 400

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
38,14	47,05	206,07	витЕ - 0,73	витА - 504,96	витD - 0,42
			витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,56	витС - 16,82
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 171,17	Se - 20,38	Ca - 268,38	Mg - 210,93		
I - 382,25	Fe - 10,65	K - 982,16	P - 558,32		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Handwritten signature

Куприянова Ю.А.