

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



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 18.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье..		36	153
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	302
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	521	655
Обед			
Яблоко,...		110	49
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	113
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	761
Витаминация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 557	1 492

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
63,22		38,72	248,77	витЕ - 0,36	витА - 297,02	витD - 10,73
				витВ2 - 0,72	витВ1 - 0,63	витС - 31,54
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 340,15	І - 206,44	Р - 650,45	Na - 2 011,64			
F - 203,15	Se - 30,84	Mg - 235,39	Fe - 12,22			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДИ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.
 ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 19.04.2022

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	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	562
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
Витаминация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 519	1 282

Для всего меню

	В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 0,15	витE - 0,92	витA - 643,78	
38,67	37,16	201,17	витD - 9,2	витB2 - 0,6	витB1 - 0,53	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 239,16	I - 326,95	P - 530,16	Na - 2 515,03			
F - 490,35	Se - 22,93	Mg - 161,98	Fe - 9,06			

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 20.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционнo.		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

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

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 406,33	I - 277,65	P - 635,29	Na - 2 957,18
F - 235,38	Se - 33,78	Mg - 160,63	Fe - 7,47

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ.СЫТ"



Волошко К.Ю.
 ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



МЕНЮ

на 21.04.2022

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..		36	153
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	702	710
Витаминизация			
Фрукт.*		120	42
Итого:	16,55	120	42
Всего:	165,85	1 322	1 363

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
39,46	47,08	195,48	витЕ - 0,01	витА - 496,26	витD - 0,45
			витВ2 - 0,73	витВ1 - 0,53	витС - 40,33

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 200,42	І - 232,58	Р - 518,84	Na - 2 421,58
F - 327,08	Se - 29,07	Mg - 150,15	Fe - 9,63

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 22.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	54
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	520
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
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 511	1 395

Для всего меню

Белки	В граммах	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						
Са - 268,38	I - 382,25	P - 558,32	Na - 3 621,6			
F - 171,17	Se - 20,38	Mg - 210,93	Fe - 10,65			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.