

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО КДП "Здоровье и Сыт"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 04.04.2022

| Наименование блюда                              | Цена   | Выход    | Ккал  |
|---|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                  |        |          |       |
| 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   |
| <b>Обед</b>                                     |        |          |       |
| 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   |
| <b>Витаминизация</b>                            |        |          |       |
| Сок фруктовый 200 г. т/п                        |        | 1        | 18    |
| Итого:  | 33,10  | 1        | 18    |
| Всего:  | 182,40 | 1 347    | 1 393 |

Для всего меню

|                                     |            |             |                         |               |              |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | Витамины в миллиграммах |               |              |
| 61,67                               | 37,58      | 227,17      | витЕ - 0,36             | витА - 297,02 | витВ2 - 0,72 |
|                                     |            |             | витВ1 - 0,62            | витС - 28,34  | витD - 10,73 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |               |              |
| Ca - 326,05                         | I - 206,44 | P - 630,25  | Na - 2 011,64           |               |              |
| F - 203,15                          | Se - 30,84 | Mg - 226,99 | Fe - 11,97              |               |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 05.04.2022

| Наименование блюда                                     | Цена          | Выход        | Ккал         |
|--|---------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |               |              |              |
| 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           |
| <b>Итого:</b>  | <b>62,20</b>  | <b>544</b>   | <b>502</b>   |
| <b>Обед</b>  |               |              |              |
| Салат из редьки*                                       |               | 60           | 53           |
| Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметанк |               | 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           |
| <b>Итого:</b>  | <b>87,10</b>  | <b>775</b>   | <b>644</b>   |
| <b>Витаминизация</b>                                   |               |              |              |
| Сок фруктовый 200 г. т/п                               |               | 1            | 18           |
| <b>Итого:</b>  | <b>33,10</b>  | <b>1</b>     | <b>18</b>    |
| <b>Всего:</b>  | <b>182,40</b> | <b>1 320</b> | <b>1 165</b> |

**Для всего меню**

|       |           |      |          |                         |             |               |
|-------|-----------|------|----------|-------------------------|-------------|---------------|
| Белки | В граммах | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах |             |               |
| 37,87 |           | 37,2 | 172,09   | витPP - 0,15            | витE - 0,92 | вита - 643,78 |
|       |           |      |          | витD - 9,2              | витB2 - 0,6 | витB1 - 0,53  |

**Минеральные вещества в миллиграммах**

|            |            |              |             |
|------------|------------|--------------|-------------|
| F - 490,35 | Se - 22,93 | Ca - 227,66  | Mg - 155,58 |
| I - 326,95 | Fe - 8,97  | K - 1 687,92 | P - 518,96  |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 06.04.2022

| Наименование блюда                                 | Цена   | Выход | Ккал  |
|--|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                     |        |       |       |
| 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   |
| <b>Обед</b>  |        |       |       |
| 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   |
| <b>Витаминизация</b>                               |        |       |       |
| Фрукт.*  |        | 120   | 42    |
| Итого:   | 33,10  | 120   | 42    |
| Всего:   | 182,40 | 1 396 | 1 351 |

Для всего меню

|       |            |          |   |
|-------|------------|----------|---|
| Белки | В граммах  | Углеводы | Витамины в миллиграммах                     |
| 33,68 | Жиры 40,44 | 213,5    | витА - 387,7<br>витD - 2,18<br>витB2 - 0,94 |

Минеральные вещества в миллиграммах

|            |            |              |             |
|------------|------------|--------------|-------------|
| F - 242,07 | Se - 34,03 | Ca - 405,71  | Mg - 160,07 |
| I - 279,32 | Fe - 8,68  | K - 1 432,59 | P - 630,38  |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



М Е Н Ю

на 07.04.2022

| Наименование блюда                                      | Цена   | Выход   | Ккал  |
|---|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |        |         |       |
| 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   |
| <b>Обед</b>   |        |         |       |
| 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   |
| <b>Витаминизация</b>                                    |        |         |       |
| Фрукт*  |        | 200     | 76    |
| Итого:  | 33,10  | 200     | 76    |
| Всего:  | 182,40 | 1 391   | 1 353 |

Для всего меню

| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |        |       |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|--------|-------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | витЕ                    | вита   | витВ2 |
| 40,13                               | 45,92      | 194,93      | 0,01                    | 509,41 | 0,77  |
|                                     |            |             | 0,58                    | 156,53 | 0,45  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |        |       |
| Ca - 252,14                         | I - 234,91 | P - 546,75  | Na - 2 428,81           |        |       |
| F - 354,39                          | Se - 29,82 | Mg - 166,71 | Fe - 8,21               |        |       |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 08.04.2022

| Наименование блюда                                     | Цена   | Выход | Ккал  |
|--|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>   |        |       |       |
| 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   |
| <b>Обед</b>  |        |       |       |
| 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   |
| <b>Витаминизация</b>                                   |        |       |       |
| Сок фруктовый 200 г. т/п                               |        | 1     | 18    |
| Итого:   | 33,10  | 1     | 18    |
| Всего:   | 182,40 | 1 312 | 1 342 |

**Для всего меню**

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | витЕ - 0,73             | вита - 504,96 | витD - 0,42  |
| 37,34     | 47,09 | 191,91   | витB2 - 0,59            | витB1 - 0,56  | витC - 13,62 |

**Минеральные вещества в миллиграммах**

|            |            |             |             |
|------------|------------|-------------|-------------|
| F - 171,17 | Se - 20,38 | Ca - 257,18 | Mg - 204,53 |
| I - 382,25 | Fe - 10,61 | K - 982,16  | P - 547,12  |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.