

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 25.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	112
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	378
<b>Обед</b>			
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 маслом растительным		150	186
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	767
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	33,10	1	18
Всего:	182,40	1 280	1 163

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
31,57	38,63	172,04

Витамины в миллиграммах

ВИТ E - 0,96	ВИТ A - 228,79	ВИТ D - 0,37
ВИТ B2 - 0,63	ВИТ B1 - 0,35	ВИТ C - 20,39

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 405,85	I - 184,8	P - 546,21	Na - 1 989,39
F - 93,01	Se - 18,64	Mg - 119,4	Fe - 7,48

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 № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 26.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Масло сливочное порционно.		10	58
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Каша гречневая с растительным маслом		150	169
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	504	545
<b>Обед</b>			
Салат из свеклы отварной		60	54
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	82
Шницель из мяса говядины с соусом.		50/50	170
Каша ячневая рассыпчатая с маслом растительным		150	174
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	704
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	33,10	1	18
Всего:	182,40	1 276	1 268

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
36,84	49,36	169,99	витЕ - 0,73	вита - 190,45	витD - 0,93
			витB2 - 0,69	витB1 - 0,55	витC - 14,72
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 249,02	I - 205,81	P - 600,49	Na - 2 246,58		
F - 106,92	Se - 33,45	Mg - 188,2	Fe - 10,94		

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

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



ООО «КДП «Здоров и Сыт»

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



**М Е Н Ю**

на 27.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье..		36	153
Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	243
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	521	612
<b>Обед</b>			
Салат из репчатого лука .		60	62
Суп из овощей со сметаной и зеленью на бульоне		200/5/1	54
Жаркое из отварного мяса птицы		200	256
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	726	638
<b>Витаминизация</b>			
Фрукт.*		120	42
Итого:	33,10	120	42
Всего:	182,40	1 367	1 292

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 239,32	витD - 1,9	витB2 - 0,84
35,15	40,34	203,06			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 404,76	I - 261,46	P - 570,98	Na - 2 404,87		
F - 271,86	Se - 23,19	Mg - 150,08	Fe - 8,93		

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

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

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 28.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра свекольная		60	66
Птица тушеная в соусе		50/50	142
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
<b>Итого:</b>	<b>62,20</b>	<b>540</b>	<b>594</b>
<b>Обед</b>			
Салат из редьки*		60	53
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелены		200/5/2	83
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Пюре из бобовых с м/растит.		150	222
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
<b>Итого:</b>	<b>87,10</b>	<b>777</b>	<b>753</b>
<b>Витаминация</b>			
Фрукт*		200	76
<b>Итого:</b>	<b>33,10</b>	<b>200</b>	<b>76</b>
<b>Всего:</b>	<b>182,40</b>	<b>1 517</b>	<b>1 423</b>

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
49,83	Жиры	210,46	витPP - 0,15	витE - 0,72	вита - 260,75
	42,88		витD - 8,75	витB2 - 0,67	витB1 - 0,77

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 394,27	I - 302,59	P - 605,31	Na - 2 828,13
F - 326,52	Se - 33,21	Mg - 188,13	Fe - 11,26

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

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 29.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	132
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	440
<b>Обед</b>			
Огурец св. порционно		25	5
Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	124
Колбаса отварная с соусом..		50/50	154
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	786	750
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	33,10	1	18
Всего:	182,40	1 327	1 208

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,76	вита - 274,91	витВ2 - 0,54
32,71	34,57	188,9	витВ1 - 0,66	витС - 28,39	витD - 5,81

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 297,76	I - 284,15	P - 500,82	Na - 2 316,85
F - 304,75	Se - 16,87	Mg - 149,21	Fe - 8,09

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

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