

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 11.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
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 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
Витаминация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 479	1 221

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры
32,37	38,59

Углеводы

186,2

витЕ - 0,96
витВ2 - 0,63

Витамины в миллиграммах

витА - 228,79	витD - 0,37
витВ1 - 0,35	витС - 23,59

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 417,05	I - 184,8	P - 557,41	Na - 1 989,39
F - 93,01	Se - 18,64	Mg - 125,8	Fe - 7,52

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 12.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	58
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Каша гречневая с растительным маслом		150	151
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	504	527
Обед			
Салат из свеклы отварной		60	58
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	82
Шницель из мяса говядины с соусом.		50/50	170
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	720
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 475	1 323

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	витА - 195,95	витD - 0,93
38,34	47,68	185,47	витB2 - 0,66	витB1 - 0,49	витC - 13,92

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 223,39	I - 225,33	P - 495,72	Na - 2 388
F - 81,65	Se - 16,86	Mg - 172,48	Fe - 10,54

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"
 Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 ГБОУ СОШ
 им. Ф.Н.Ижидарова
 с. Рысайкино

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы.)

МЕНЮ на 16.05.2022

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	151
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	836	743
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 557	1 474

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,36	Витамины в миллиграммах
63,22	36,72	248,77	витВ2 - 0,72	витА - 297,02 витD - 10,73
				витВ1 - 0,63 витС - 31,54
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 340,15	І - 206,44	Р - 650,42	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.



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



М Е Н Ю

на 17.05.2022

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 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
Итого:	87,10	775	644
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 519	1 282

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
38,67	37,16	201,17	витPP - 0,15	витE - 0,92	вита - 643,78
			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 № _____



МЕНЮ

на 19.05.2022

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	В граммах	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 "КДТ" "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 20.05.2022

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	151
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	506
Обед			
Салат овощной с кукурузой и морковью .		60	58
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью на буг		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	1 382

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	витА - 504,96	витD - 0,42
38,14	45,05	206,07	витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,56	витС - 16,82

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 268,38	l - 382,25	P - 558,29	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.