



"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИИ СЫТ"
 документов

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

МЕНЮ

на 23.05.2022

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			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,96	витА - 228,79	витD - 0,37
32,37	38,59	186,2	витВ2 - 0,63	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.



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



МЕНЮ на 24.05.2022

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

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
38,34		47,68	185,47	витЕ - 0,73	витА - 195,95 витD - 0,93
				витВ2 - 0,66	витВ1 - 0,49 витС - 13,92

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 223,39	И - 225,33	Р - 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 "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 25.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 447	1 326

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 236,47	витD - 1,9	витB2 - 0,82
35,77	39,96	211,95			

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 405,38	I - 259,79	P - 575,89	Na - 2 386,1
F - 265,17	Se - 22,94	Mg - 150,64	Fe - 7,72

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор
 ООО "КДП "Здоровый Свет"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 26.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Итого:	62,20	540	594
Обед			
Салат из редьки*		60	53
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/2	83
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Пюре из бобовых с м/растит.		150	217
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	777	748
Витаминизация			
Фрукт.*		120	42
Итого:	16,55	120	42
Всего:	165,85	1 437	1 385

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 0,15	витE - 0,72	витA - 247,6
48,41	42,86	203,57	витD - 8,75	витB2 - 0,63	витB1 - 0,71

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 339,65	I - 300,26	P - 568,4	Na - 2 820,9
F - 299,21	Se - 32,46	Mg - 169,57	Fe - 12,47

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



М Е Н Ю

на 27.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 526	1 265

Для всего меню

	В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы	
33,51	34,53	203,06	

витЕ - 0,76
витВ2 - 0,54

Витамины в миллиграммах
вита - 274,91 витD - 5,81
витВ1 - 0,66 витС - 31,59

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 308,96	I - 284,15	P - 512,02	Na - 2 316,85
F - 304,75	Se - 16,87	Mg - 155,61	Fe - 8,13

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "Здоровье и Свет"

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 30.05.2022

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	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
63,22		36,72	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	I - 206,44	P - 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.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО ИДП "ЗДОРОВИСТ" /



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____ /

МЕНЮ

на 31.05.2022

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	витPP - 0,15	Витамины в миллиграммах	витE - 0,92	вита - 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.