

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 04.05.2022

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	169
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	524
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	1 400

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	витА - 504,96	витD - 0,42
38,14	47,05	206,07	витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,56	витС - 16,82

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 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 _____ Шарифуллина

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ЖДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



МЕНЮ

на 05.05.2022

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	169
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	836	761
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 557	1 492

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	витА - 297,02	витD - 10,73
63,22	38,72	248,77	витВ2 - 0,72	витВ1 - 0,63	витС - 31,54

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 340,15	I - 206,44	P - 650,45	Na - 2 011,64
F - 203,15	Se - 30,84	Mg - 235,39	Fe - 12,22

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Шарифуллина

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 06.05.2022

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 сметанс		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
Белки 38,67 Жиры 37,16 Углеводы 201,17

витPP - 0,15
витD - 9,2

Витамины в миллиграммах
витE - 0,92 витA - 643,78
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 _____ Шарифуллина