

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 01.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра свекольная		60	66
Птица тушенная в соусе		50/50	142
Макаронные изделия отварные **		150	188
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	597
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью на бульоне		200/1	91
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Пюре из бобовых с маслом сливочным		150	219
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	778
Всего:	149,30	1 311	1 375

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,72	витА - 305,45	витВ2 - 0,63
48,44	42,81	200,65	витВ1 - 0,73	витС - 31,77	витD - 8,89
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 292,65	І - 334,28	Р - 573,98	Na - 3 234,58		
F - 305,5	Se - 30,85	Mg - 159,02	Fe - 10,36		

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 02.09.2022

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 м/сливоч.		150	131
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	450
<b>Обед</b>			
Яблоко, , , ,		110	49
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/2	83
Колбаса отварная с соусом..		50/50	154
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	827	752
Всего:	149,30	1 367	1 203

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
32,16	37,12	185,83	витЕ - 0,74	витА - 277,56	витD - 5,88
			витВ2 - 0,58	витВ1 - 0,59	витС - 30,27

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 359,3	К - 252,82	Р - 497,82	Na - 2 065,83
F - 306,75	Se - 19,1	Mg - 151,71	Fe - 9,4

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 05.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	525
<b>Обед</b>			
Пряник.		40	142
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	113
Тефтели из говядины тушеные в соусе		50/50	171
Макаронные изделия отварные **		150	188
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной	87,10	30	78
Итого:	87,10	766	873
Всего:	149,30	1 306	1 399

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,72	Витамины в миллиграммах
64,14	41,63	217,84	витВ1 - 0,48	витА - 1 446,26    витВ2 - 0,57
				витС - 33,68    витD - 4,48
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 166,41	I - 231,7	P - 524,72	Na - 2 240,11	
F - 192,97	Se - 14,46	Mg - 178,81	Fe - 9,69	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы № \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



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

**МЕНЮ**

на 06.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Котлеты из мяса говядины с соусом.		50/50	165
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	564
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный"		60	63
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на б/у		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса говядины		200	259
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	726	623
Всего:	149,30	1 270	1 187

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
35,17	42,96	165,1	витЕ - 0,92	витА - 422,19	витВ2 - 0,6	
			витВ1 - 0,43	витС - 37,49	витD - 0,75	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 178,62	І - 221,77	Р - 468,3	Na - 2 152,01			
F - 96,78	Se - 17,57	Mg - 140,43	Fe - 8,4			

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.