

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КВТ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Село Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



на 28.09.2022

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			
Салат из белокочанной .капусты с зеленью		60	51
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Тефтели из говядины тушеные в соусе		50/50	171
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	695
Всего:	149,30	1 279	1 073

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
31,07		36,77	161,84

витЕ - 0,41
витВ1 - 0,44

Витамины в миллиграммах
вита - 243,17 витВ2 - 0,73
витС - 20,08 витD - 1,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 405,53	l - 251,83	P - 622,7	Na - 2 558,93
F - 120,2	Se - 23,14	Mg - 188,57	Fe - 8,13

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

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



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



М Е Н Ю

на 29.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	66
Птица тушеная в соусе		50/50	142
Макаронные изделия отварные **		150	188
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	597
Обед			
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 м/растит.		150	217
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	776
Всего:	149,30	1 311	1 373

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,72	Витамины в миллиграммах	витА - 291,95	витВ2 - 0,62
48,4	42,62	200,59	витВ1 - 0,73	витС - 31,77	витD - 8,82	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 291,59	I - 334,28	P - 572,73	Na - 3 233,83			
F - 305,37	Se - 30,8	Mg - 159,02	Fe - 10,35			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КД "Здоров и Сыт"



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



МЕНЮ

на 30.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
32,16		37,12	185,83	витЕ - 0,74	витА - 277,56	витВ2 - 0,58
				витВ1 - 0,59	витС - 30,27	витD - 5,88
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 359,3	I - 252,82	P - 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.