

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



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



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

МЕНЮ на 03.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Завтрак			
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
Обед			
Салат из белокачанной капусты ,		60	53
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		30	78
Итого:	87,10	786	784
Всего:	168,39	1 327	1 328

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,72	Витамины в миллиграммах
63,3	43,6	196,22	витВ1 - 0,48	витА - 1 567,11 витВ2 - 0,59
				витС - 43,24 витD - 4,48
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 190,38	I - 268,44	P - 527,8	Na - 2 540,21	
F - 196,39	Se - 18,6	Mg - 189,42	Fe - 10,33	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 04.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Завтрак			
Салат "Витаминный"		60	63
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	553
Обед			
Огурец порционно...		60	11
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		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	571
Всего:	168,39	1 470	1 200

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,37	вита - 426,09	витВ2 - 0,6
35,27	37,62	180,48	витВ1 - 0,43	витС - 34,74	витD - 0,75
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 169,51	l - 221,77	P - 463,92	Na - 2 152,01		
F - 96,78	Se - 17,57	Mg - 137,65	Fe - 8,28		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СоСОУ с.Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 05.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
Завтрак			
Печенье,...		60	262
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		40	70
Итого:	62,20	495	725
Обед			
Винегрет овощной .		60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	93
Шницель из мяса говядины с соусом.		50/50	170
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	772
Всего:	168,39	1 366	1 539

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,37	витА - 338,92	витВ2 - 0,79
39,53	42,59	248,96	витВ1 - 0,64	витС - 14,94	витD - 1,97

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 392,42	I - 222,21	P - 745,24	Na - 2 296,33
F - 138,32	Se - 43,33	Mg - 195,67	Fe - 11,05

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

стажер кальк.