

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Завтрак			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Картофель отварной,		150	138
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	468
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
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сл		150	213
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	779
Всего:	168,39	1 515	1 323

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	Витамины в миллиграммах	витА - 184,66	витВ2 - 0,63
35,85	43,61	196,83	витВ1 - 0,54	витС - 47,61	витD - 2,83	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 236,17	І - 210,3	Р - 550,59	Na - 2 466,66			
F - 91,73	Se - 51,19	Mg - 154,39	Fe - 10,86			

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 26.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Яблоко*,		100	44
Итого:	19,09	100	44
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 белокачанной .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:	168,39	1 379	1 117

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
31,47	37,17	171,64	витЕ - 0,41	витА - 246,17	витВ2 - 0,75
			витВ1 - 0,46	витС - 24,08	витD - 1,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 419,61	І - 253,59	Р - 632,27	Na - 2 578,69		
F - 127,24	Se - 23,4	Mg - 196,4	Fe - 10,04		

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 № _____



М Е Н Ю

на 27.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Апельсины*		100	40
Итого:	19,09	100	40
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:	168,39	1 411	1 413

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
49,39	42,62	209,59	витЕ - 0,77	витА - 291,95	витВ2 - 0,62
			витВ1 - 0,77	витС - 91,77	витD - 8,82
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 325,59	I - 334,28	P - 595,73	Na - 3 233,83		
F - 305,37	Se - 30,8	Mg - 172,02	Fe - 10,65		

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 28.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
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*		100	44
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	817	748
Всего:	168,39	1 557	1 274

Для всего меню

Белки	В граммах Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
33,12	37,08	203,05	витЕ - 0,74	витА - 277,26
			витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,58
				витС - 33,87
				витD - 5,88

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 371,89	І - 252,64	Р - 510,86	Na - 2 063,85
F - 306,05	Se - 19,07	Mg - 158,93	Fe - 9,81

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.