

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП-ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Рысайкино (ОВЗ)



"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 белокочанной 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
Витаминизация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 328	1 346

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
63,5	43,64	200,26	витЕ - 0,72	витА - 1 567,11	витВ2 - 0,59
			витВ1 - 0,48	витС - 43,24	витD - 4,48
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 190,38	І - 268,44	Р - 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 (ОВЗ /)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 04.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый	19,09	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	62,20	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	87,10	30	78
Итого:	87,10	726	571
Витаминизация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 471	1 218

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
35,47		37,66	184,52	витЕ - 0,37 витА - 426,09 витВ2 - 0,6
				витВ1 - 0,45 витС - 35,54 витD - 0,75
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 172,31	І - 221,77	Р - 466,72	Na - 2 152,01	
F - 96,78	Se - 17,57	Mg - 139,25	Fe - 8,84	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Рысайкино (ОВЗ I)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 05.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
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
Витаминизация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 367	1 558

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
39,73		42,63	253	витЕ - 0,37	вита - 338,92	витВ2 - 0,79
				витВ1 - 0,66	витС - 15,74	витD - 1,97
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 395,22	І - 222,21	Р - 748,04	Na - 2 296,33			
F - 138,32	Se - 43,33	Mg - 197,27	Fe - 11,61			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.