

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Рысайкино (ОВЗ /)

# МЕНЮ

на 07.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминаизация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса говядины с соусом,		50/50	170
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	563
<b>Обед</b>			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Плов с цыпленком		200	365
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	726	733
<b>Витаминаизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 268	1 333

## Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
37,82		43,85	196,17	витЕ - 0,92	витА - 1 597,44	витВ2 - 0,58
				витВ1 - 0,42	витС - 24,65	витD - 0,41

## Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 183,71	І - 265,59	Р - 451,26	Na - 2 549,14
F - 217,29	Se - 21,16	Mg - 135,31	Fe - 8,79

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КПД "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Рысайкино (ОВЗ /)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

на 08.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	779
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 516	1 341

## Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
36,05	43,65	200,87	витЕ - 0,73	вита - 184,66	витВ2 - 0,63
			витВ1 - 0,56	витС - 48,41	витD - 2,83

## Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 238,97	І - 210,3	Р - 553,39	Na - 2 466,66
F - 91,73	Se - 51,19	Mg - 155,99	Fe - 11,42

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 № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 09.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминализация</b>			
Фрукт.	19,09	100	42
Итого:	19,09	100	42
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	776	695
<b>Витаминализация2</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 579	1 191

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,41	вита - 246,02	витВ2 - 0,75
32,45	37,15	189,35	витВ1 - 0,48	витС - 27,88	витD - 1,93

**Минеральные вещества в миллиграммах**

Са - 432,91	І - 253,5	Р - 645,79	Na - 2 577,7
F - 126,89	Se - 23,39	Mg - 204,01	Fe - 10,54

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

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

*Инд*



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 10.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Фрукт.	19,09	100	42
Итого:	19,09	100	42
<b>Завтрак</b>			
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
<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 м/растит.		150	217
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	776
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 611	1 491

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,72	вита - 294,8	витВ2 - 0,64
49,78	43	228,1	витВ1 - 0,77	витС - 39,57	витD - 8,82
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 318,97	I - 335,95	P - 595,82	Na - 3 252,6		
F - 312,06	Se - 31,05	Mg - 174,46	Fe - 12,76		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



# М Е Н Ю

на 11.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Огурец порционно...		60	11
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	406
<b>Обед</b>			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленък		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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	777	759
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п.	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 518	1 259

## Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,74	витА - 278,16	витВ2 - 0,56
33,22	36,78	199,57	витВ1 - 0,62	витС - 32,12	витD - 5,88

## Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 376,1	I - 250,88	P - 521,91	Na - 2 044,09
F - 299,01	Se - 18,81	Mg - 158,92	Fe - 8,76

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.