

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 14.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
<b>Завтрак</b>			
Салат из моркови с сахаром		60	31
Каша гречневая с мясом тушеным		200	343
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	490	552
<b>Обед</b>			
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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	786	784
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 278	1 373

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	витА - 1 553,04
67,57	36,23	215,77	витВ1 - 0,65	витВ2 - 0,51
				витС - 43,04
				витD - 4,41
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 180,96	І - 196,76	Р - 616	Na - 1 950,06	
F - 187,36	Se - 16,35	Mg - 252,19	Fe - 12,54	

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

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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ с. Рысайкино 033

**М Е Н Ю**

на 15.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
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
Напиток из плодов шиповника		200	100
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	726	595
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 471	1 243

**Для всего меню**

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
34,79		37,8	190,7	витЕ - 0,71    витА - 512,89    витВ2 - 0,63
				витС - 165,54    витD - 0,75
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 184,71	К - 221,77	Р - 470,12	Na - 2 153,61	
F - 96,78	Se - 17,57	Mg - 142,45	Fe - 9,16	

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

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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Для

документов

\_\_\_\_\_

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 16.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Фрукт.	19,09	100	42
Итого:	19,09	100	42
<b>Завтрак</b>			
Бутерброд с ветчиной		30/30	157
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	495	620
<b>Обед</b>			
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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	772
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 566	1 510

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,37	витА - 338,92	витВ2 - 0,88
45,09	42,02	237,28	витВ1 - 0,64	витС - 18,94	витD - 2,06
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 404,62	I - 223,17	P - 792,24	Na - 2 446,03		
F - 145,67	Se - 45,13	Mg - 204,87	Fe - 11,38		

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

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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волюшко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 17.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Печенье		60	262
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Напиток шоколадный Nesquik		200	102
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	500	839
<b>Обед</b>			
Икра кабачковая		60	74
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Биточки из птицы с соусом		50/50	166
Макаронные изделия отварные		150	188
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	781
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 472	1 714

**Для всего меню**

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
46,29	Жиры	43,95	282,92	витЕ - 0,93	витА - 228,45
				витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,75
					витС - 53,82
					витD - 0,85

**Минеральные вещества в миллиграммах**

Ca - 476,82	I - 217,07	P - 618,32	Na - 2 163,68
F - 178,91	Se - 22,19	Mg - 145,21	Fe - 11,64

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 № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 18.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Фрукт.	19,09	100	42
Итого:	19,09	100	42
<b>Завтрак</b>			
Салат из свеклы отварной		60	58
Птица тушеная в соусе		50/50	142
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	70
Итого:	62,20	540	485
<b>Обед</b>			
Салат овощной с кукурузой и морковью	3,0	60	58
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	3,0	200/5/2	103
Рыба, тушеная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	131
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	777	672
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 617	1 275

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
40,01		39,13	190,85	витЕ - 0,36    витА - 899,77    витВ2 - 0,76
				витС - 35,01    витD - 0,59
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 311,1	I - 456,6	P - 630,45	Na - 3 592,39	
F - 611,74	Se - 30,62	Mg - 240,36	Fe - 11,81	

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Куприянова Ю.А.