

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 21.11.2022

Наименование блюда	Ц на	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	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,,	9,0	60	31
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью	9,0	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>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 268	1 333

**Для всего меню**

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

**Минеральные вещества в миллиграммах**

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

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 22.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Салат 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:	67,20	544	468
<b>Обед</b>			
Салат из свеклы отварной	9,6	60	58
Суп картофельный с фасолью и зеленью	3,0	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/л	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 516	1 341

Для всего меню

Белки	В граммах		Витамины в миллиграммах			
36,05	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	витА - 184,66	витВ2 - 0,63	
	43,65	200,87	витВ1 - 0,56	витС - 48,41	витD - 2,83	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 238,97	I - 210,3	P - 553,39	Na - 2 466,66			
F - 91,73	Se - 51,19	Mg - 155,99	Fe - 11,42			

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ (Пупрянова Ю.А.)

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 23.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</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
Каша гречневая с мясом тушеным		200	343
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	726	714
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 529	1 210

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,42	витА - 231,95	витВ2 - 0,63
36,06	32,3	197,51	витВ1 - 0,62	витС - 27,01	витD - 1,86

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 428,82	I - 143,91	P - 745,64	Na - 1 643,68
F - 111,69	Se - 20,49	Mg - 267,09	Fe - 12,65

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 24.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</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	3,0	60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью на бульоне	3,0	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>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 611	1 491

**Для всего меню**

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
49,78	Жиры	228,1	витЕ - 0,72	витА - 294,8
	43		витВ1 - 0,77	витВ2 - 0,64
Минеральные вещества в миллиграммах			витС - 39,57	витD - 8,82
Са - 318,97	К - 335,95	Р - 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 25.11.2022

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 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 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

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
33,22	36,78	199,57	витЕ - 0,74	вита - 278,16	витВ2 - 0,56
			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.