

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ШКОЛЬНИКИ)

М Е Н Ю

на 09.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	776	695
Всего:	149,30	1 279	1 073

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
31,07	36,77	161,84	витЕ - 0,41	витА - 243,17	витВ2 - 0,73
			витВ1 - 0,44	витС - 20,08	витD - 1,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 405,53	I - 251,83	P - 622,7	Na - 2 558,93
F - 120,2	Se - 23,14	Mg - 188,57	Fe - 8,13

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ШКОЛЬНИКИ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 10.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
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 ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	776
Всего:	149,30	1 311	1 373

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,4		42,62	200,59	витЕ - 0,72	витА - 291,95	витВ2 - 0,62
				витВ1 - 0,73	витС - 31,77	витD - 8,82

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 291,59	К - 334,28	Р - 572,73	Na - 3 233,83
F - 305,37	Se - 30,8	Mg - 159,02	Fe - 10,35

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.
ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ШКОЛЬНИКИ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 11.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
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 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	817	748
Всего:	149,30	1 357	1 198

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,74	Витамины в миллиграммах	витА - 277,26	витВ2 - 0,58
32,12	37,08	184,85	витВ1 - 0,59	витС - 29,87	витD - 5,88	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 357,89	І - 252,64	Р - 496,86	Na - 2 063,85			
F - 306,05	Se - 19,07	Mg - 150,93	Fe - 9,21			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.