

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

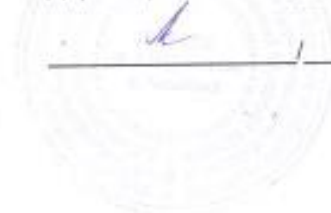


Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 01.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Котлеты из птицы с соусом.		100	165
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	540	508
Обед			
Салат Степной с кукурузой и м/ растительным		60	81
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметан		200/5	84
Птица тушеная в соусе		100	139
Макаронные изделия отварные **		150	188
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	775	732
Витаминация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п	19,09	1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 416	1 300

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
40,11		44,54	188,21	витЕ - 0,72 витА - 641,13 витВ2 - 0,68
				витВ1 - 0,57 витС - 26,78 витD - 0,49
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 228,21	І - 317,64	Р - 513,03	Na - 3 238,21	
F - 283,19	Se - 26,56	Mg - 189,29	Fe - 12,15	

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 02.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	53
Плов с цыпленком		200	365
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	641
Обед			
Огурец порционно...		60	11
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Жаркое из отварного мяса птицы		200	256
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	721	654
Витаминация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 322	1 355

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ2	витВ1
38,16	42,45	204,8	592,04	0,76	0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 274,32	I - 283,2	P - 512,83	Na - 2 840,58
F - 339,84	Se - 31,47	Mg - 152,5	Fe - 9,59

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 05.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Сосиски отварные с томатным соусом		100	163
Каша гречневая рассыпчатая,		150	249
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	540	575
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Тефтели из говядины тушеные в соусе		110	195
Макаронные изделия отварные **		150	188
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	786	793
Витаминация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 328	1 405

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 1,29	витА - 1 335,84	витВ2 - 0,51
40,63	48,31	201,18	витВ1 - 0,61	витС - 23,64	витD - 0,43

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 199,05	І - 157,17	Р - 602,27	Na - 1 628,34
F - 82,78	Se - 15,71	Mg - 247,89	Fe - 13,07

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 06.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Завтрак			
Омлет натуральный ..		60	112
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	112
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	555	460
Обед			
Салат из свеклы с яблоками***		60	61
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	82
Рыба, тушенная с овощами		100	168
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	147
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	714
Витаминизация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 527	1 268

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 129,5	Витамины в миллиграммах	
37,05	36,32	180,31	витВ1 - 0,56	витА - 701,82	витВ2 - 0,94
				витС - 46,15	витРР - 0,02
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 438,94	І - 304,84	Р - 665,6	Na - 2 456,46		
F - 528,48	Se - 26,57	Mg - 178,76	Fe - 8,8		

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 07.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Завтрак			
Икра свекольная		60	66
Биточки из мяса говядины с соусом,		100	162
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	544	548
Обед			
Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Плов с мясом говядины,		200	359
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	726	731
Витаминизация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 471	1 373

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 1,08	Витамины в миллиграммах	
39,63	44,25	214,2	витВ1 - 0,47	витА - 271,45	витВ2 - 0,51
				витС - 31,73	витD - 2,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 227,71	І - 228,39	Р - 502,7	Na - 2 235,03
F - 94,45	Se - 18,16	Mg - 141,73	Fe - 10,15

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.