

УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 08.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
<b>Завтрак</b>			
салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	36
Каркое из птицы *		200	298
Хлеб + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный	62,20	30	71
Итого:	62,20	490	535
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	75
Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	124
Кнели куриные с соусом		100	143
Юре из бобовых с м/растит.		150	217
Хлеб лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный	87,10	30	78
Итого:	87,10	821	806
<b>Витаминация2</b>			
сок фруктовый 200 г. т/л		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 412	1 401

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,67	42,58	196,64	витЕ - 0,36	витА - 383,04	витВ2 - 0,7
			витВ1 - 0,83	витС - 44,55	витD - 8,75

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 273,4	I - 302,43	P - 597,82	Na - 3 358,29
K - 330,24	Se - 31,11	Mg - 182,75	Fe - 12,44

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 09.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
<b>Завтрак</b>			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Котлеты рыбные с соусом.		100	158
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	147
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	540	493
<b>Обед</b>			
Яблоко*		100	44
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень*		200/5/2	83
Гуляш из говядины.		100	221
Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	817	834
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 458	1 387

**Для всего меню**

Белки	В граммах
42,74	Жиры 42,42

Углеводы
198,41

витЕ - 0,01
витВ1 - 0,67

Витамины в миллиграммах	
витА - 361,13	витВ2 - 0,6
витС - 34,12	витD - 5,89

**Минеральные вещества в миллиграммах**

Са - 274,45	І - 224,56	Р - 619,03	Na - 1 818,32
F - 306,42	Se - 20,85	Mg - 186,9	Fe - 14,52

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 12.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
<b>Завтрак</b>			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Сосиски отварные с томатным соусом		100	163
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	540	566
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты с зеленью		60	52
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	113
Тефтели из говядины тушеные в соусе		100	171
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	786	748
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 328	1 351

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
61,6		43,21	204,22

витЕ - 0,72  
витВ1 - 0,45

Витамины в миллиграммах  
витА - 1 561,56    витВ2 - 0,6  
витС - 42,74    витD - 4,48

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 188,14	І - 319,87	Р - 551,77	Na - 2 986,23
F - 205,96	Se - 18,19	Mg - 205,58	Fe - 9,89

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 13.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Бутерброд с ветчиной		60	157
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	495	620
<b>Обед</b>			
Салат картофельный.		60	66
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на б/		200/5/1	77
Биточки из мяса говядины с соусом,		100	162
Каша перловая с маслом.		150	120
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	776	649
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 472	1 364

**Для всего меню**

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,9	41,05	206,63	витА - 298,86	витВ2 - 0,87	витВ1 - 0,6
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 382,42	І - 247,01	Р - 722,16	Na - 2 468,76		
F - 108,73	Se - 43,14	Mg - 187,31	Fe - 9,3		

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 14.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Шницель из мяса говядины с соусом.		100	162
Хлеб пшеничный рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	550	640
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	75
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	110
Рыба, тушенная с овощами		100	168
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	147
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	766
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 522	1 501

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,55	витА - 759,93	витВ2 - 0,78
41,21	39,23	223,8	витВ1 - 0,74	витС - 35,24	витD - 12,24
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 257,61	I - 388,22	P - 651,83	Na - 3 198,28		
F - 540,92	Se - 25,58	Mg - 203,75	Fe - 9,97		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.