

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 28.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Каша гречневая с мясом тушеным,.*		200	343
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	490	552
Обед			
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	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	786	784
Витаминизация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 278	1 373

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
67,57	36,23	215,77

Витамины в миллиграммах

витЕ - 0,73	витА - 1 553,04	витВ2 - 0,51
витВ1 - 0,65	витС - 43,04	витD - 4,41

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 180,96	К - 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 _____ 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 29.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Завтрак			
Салат "Витаминный"		60	93
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	71
Итого:	62,20	544	584
Обед			
Огурец порционно...		60	11
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на б)		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса говядины		200	259
Напиток из плодов шиповника		200	100
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	726	595
Витаминация2			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 471	1 273

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ	вита	витВ2
34,79	37,8	190,7	0,71	512,89	0,63
			витВ1 - 0,46	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 _____ 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 30.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
Завтрак			
Бутерброд с ветчиной		30/30	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
Обед			
Винегрет овощной		60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	93
Шницель из мяса говядины с соусом.		50/50	162
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	771	764
Витаминация2			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 566	1 502

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
45,07	42,02	237,03	витА - 418,92 витВ2 - 0,9 витВ1 - 0,64
Минеральные вещества в миллиграммах			
Ca - 405,1	I - 244,56	P - 791,86	Na - 2 623,48
F - 149,52	Se - 45,26	Mg - 204,77	Fe - 11,36

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.