

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



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 19.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из редьки*		60	77
Жаркое из птицы *		200	298
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	500	599
Обед			
Винегрет овощной .		60	75
Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	124
Кнели куриные с соусом		100	143
Пюре из бобовых с м/растит.		150	217
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	821	806
Всего:	162,74	1 321	1 405

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,36	Витамины в миллиграммах	витВ2 - 0,81
46,39	42,89	190,68	витВ1 - 0,84	вита - 378,73	витС - 53,65
Витамины в миллиграммах					
витС - 53,65					
витРР - 0,15					
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 283,66	И - 337,16	Р - 614,19	Na - 3 429,48		
F - 332,53	Se - 33,25	Mg - 184,43	Fe - 10,87		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 20.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
Котлеты рыбные с соусом.		100	159
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	150
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	550	519
Обед			
Яблоко*		100	44
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/2	83
Плов с мясом говядины.		200	359
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	147
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	767	782
Всего:	162,74	1 317	1 301

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
35,49		37,46	189,09	витЕ - 1,09	вита - 343,78	витВ2 - 0,68
				витВ1 - 0,55	витС - 31,39	витD - 5,93
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 261,29	І - 169,04	Р - 543,39	Na - 1 552,64			
F - 294,92	Se - 21,56	Mg - 163,05	Fe - 10,26			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 23.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Гуляш из говядины.,		100	221
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	540	624
Обед			
Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	52
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	113
Тефтели из говядины тушеные в соусе		110	195
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	159
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	796	778
Всего:	162,74	1 336	1 402

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
70,49		47,64	197,19	витЕ - 0,36	витА - 1 561,52	витВ2 - 0,63
				витВ1 - 0,46	витС - 41,79	витD - 4,5

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 187,6	I - 320,41	P - 630,22	Na - 2 995,95
F - 207,98	Se - 18,32	Mg - 214,71	Fe - 11,55

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



"УТВЕРЖДАЮ" для
 Директор
 ООО "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 24.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,...		60	261
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	505	748
Обед			
Салат картофельный. .		60	66
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на б/		200/5/1	92
Биточки из мяса говядины с соусом,		100	164
Пюре из бобовых с маслом сливочным		150	219
Сок фруктовый		200	99
Хлеб пшеничный		40	94
Хлеб _ржано пшениный		40	104
Итого:	94,94	796	837
Всего:	162,74	1 301	1 585

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА -	витВ2 -	витВ1 -
50,77	47,31	196,11	299,7	0,64	1,1

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 454,52	І - 249,5	Р - 801,94	Na - 2 442,11
F - 117,86	Se - 29,75	Mg - 241,12	Fe - 12,69

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 25.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая.		60	74
Шницель из мяса говядины с соусом.		100	162
Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	550	640
Обед			
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	150
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	771	769
Всего:	162,74	1 321	1 409

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,01	Жиры	201,56	витЕ - 0,55	вита - 759,93	витВ2 - 0,78
	39,19		витВ1 - 0,7	витС - 30,44	витD - 12,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 240,81	I - 388,22	P - 635,03	Na - 3 198,28
F - 540,92	Se - 25,58	Mg - 194,15	Fe - 8,81

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.