

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



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*		100	44
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Какао с молоком..		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	550	691
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	53
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Жаркое из отварного мяса птицы		200	256
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Хлеб _ржано пшениный		40	104
Итого:	94,94	741	767
Всего:	162,74	1 291	1 458

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,01	вита - 359,77	витВ2 - 0,7
42,43	37,83	230,08	витВ1 - 0,66	витС - 30,3	витD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 455,84	I - 228,37	P - 644,19	Na - 2 287,81
F - 249,65	Se - 20,05	Mg - 167,26	Fe - 9,06

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

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



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 27.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы с яблоками .		60	61
Котлеты из птицы с соусом.		100	165
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	159
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	540	517
Обед			
Салат Степной с кукурузой и м/ растительным		60	81
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметанс		200/5	84
Птица тушенная в соусе		100	144
Макаронные изделия отварные **		150	188
Напиток фруктовый..		200	96
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	775	742
Всего:	162,74	1 315	1 259

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
39,35	43,77	176,64

Витамины в миллиграммах		
ВИТЕ - 0,72	ВИТА - 638,09	ВИТВ2 - 0,66
ВИТВ1 - 0,53	ВИТС - 22,11	ВИТD - 0,49

Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 171,59	I - 244,8	P - 494,98	Na - 2 628,14
F - 274,6	Se - 26,25	Mg - 177,83	Fe - 9,81

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 30.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Плов с мясом говядины,		200	359
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	500	545
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:	94,94	786	793
Всего:	162,74	1 286	1 339

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
39,01	45,11	194,09

Витамины в миллиграммах

ВИТЕ - 1,99	ВИТА - 1 335,84	ВИТВ2 - 0,63
ВИТВ1 - 0,41	ВИТС - 24,43	ВИТD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 199,36	I - 158,45	P - 517,24	Na - 1 827,94
F - 92,58	Se - 18,11	Mg - 144,82	Fe - 9,42

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 31.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное **		60	76
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	253
Какао с молоком..		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	555	570
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	150
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	771	717
Всего:	162,74	1 326	1 287

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,46		35,77	180,92	вита А - 675,79	витаВ2 - 1,22	витаВ1 - 0,53

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 480,15	I - 337,47	P - 737,1	Na - 2 502,93
F - 572,46	Se - 42,57	Mg - 188,65	Fe - 8,25

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.