

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



Волошко К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



МЕНЮ

на 17.02.2023

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 из птицы *		200	391
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	147
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	767	814
Всего:	162,74	1 317	1 333

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
35,72	40,49	190,05	витЕ - 0,01	вита - 623,28	витВ2 - 0,77
			витВ1 - 0,54	витС - 31,56	витD - 5,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 262,03	I - 240,16	P - 522,63	Na - 2 154,57
F - 446,29	Se - 27,71	Mg - 160,23	Fe - 9,49

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

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



Волошко К.Ю.
 ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 20.02.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром..		60	31
Птица тушеная в соусе		100	144
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	540	547
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	1 325

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
65,17	40,99	197,81	витЕ - 0,72	витА - 1 583,16
			витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,69
				витС - 42,47
				витD - 4,5
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 185,61	I - 357,37	P - 553,1	Na - 3 316,75	
F - 315,18	Se - 23,92	Mg - 204,33	Fe - 9,21	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Кулприянова Ю.А.

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



Волошко К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы №



М Е Н Ю

на 21.02.2023

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 бу		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

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

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 454,52	I - 249,5	P - 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"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



М Е Н Ю

на 22.02.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Шницель из птицы с соусом		100	167
Каша пшениная рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	550	645
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
Комлот 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	1 414

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,55	вита - 775,91	витВ2 - 0,78
40,05	39,23	200,89	витВ1 - 0,71	витС - 30,73	витD - 12,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 249,38	I - 422,37	P - 626,66	Na - 3 493,88
F - 620,25	Se - 29,73	Mg - 193,38	Fe - 8,38

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.