

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



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

М Е Н Ю

на 27.02.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Плов с цыпленком		200	365
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	500	551
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	1 344

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,91	вита - 1 597,44	витВ2 - 0,72
38,2	46,79	192,53	витВ1 - 0,4	витС - 24,41	витD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 201,93	I - 267,33	P - 485,55	Na - 2 744,76
F - 232,34	Se - 23,77	Mg - 139,47	Fe - 8,58

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"



М Е Н Ю на 28.02.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное **		60	75
Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	253
Какао с молоком..		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	499	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	1 270	1 287

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
39,04	34,95	172,99	витА - 672,4 витВ2 - 1,18 витВ1 - 0,51

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 452,34	I - 335,25	P - 703,33	Na - 2 492,75
F - 565,34	Se - 42,02	Mg - 180,65	Fe - 8,08

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 № _____



МЕНЮ

на 01.03.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	66
Биточки из мяса говядины с соусом,		100	164
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	544	550
Обед			
Салат Степной:		60	71
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Гуляш из филе***		50/50	110
Каша пшеничная рассыпчатая		150	221
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	776	722
Всего:	162,74	1 320	1 272

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,02	витА - 489,18	витВ2 - 0,54
43,09	41,12	193,51	витВ1 - 0,52	витС - 20	витD - 2,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 220,73	I - 337,1	P - 546,44	Na - 3 231,61
F - 167,22	Se - 24,09	Mg - 167,83	Fe - 10,37

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.