

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "ЦДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Болошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**МЕНЮ**

на 02.03.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из редьки**		60	44
Жаркое из птицы *		200	298
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	500	566
<b>Обед</b>			
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	1 372

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	вита - 378,73	витВ2 - 0,81
46,39	42,29	190,68	витВ1 - 0,84	витС - 53,65	витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 285,28	І - 354,77	Р - 614,52	Na - 3 576,58
F - 332,53	Se - 33,25	Mg - 184,53	Fe - 10,88

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "ДП "ЗДОРОВИЕ И БИТ"



Волошко К.Ю.  
 ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 03.03.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
Фасоль с луком и томатом.		60	75
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	727	845
Всего:	162,74	1 277	1 364

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,01	витА - 620,34	витВ2 - 0,83
38,97	43,11	189,43	витВ1 - 0,52	витС - 29,15	витD - 5,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 333,83	І - 238,57	Р - 518,18	Na - 2 134,99
F - 460,64	Se - 27,48	Mg - 154,64	Fe - 7,69

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "Здоровый Сыт"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 06.03.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из моркови (припущен.) 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
<b>Обед</b>			
Печенье,...		60	261
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью,		15/200/1	102
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	796	1 006
Всего:	162,74	1 336	1 553

Для всего меню

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
64,87	48,54	201,39

витЕ - 0,72  
витВ1 - 0,42

Витамины в миллиграммах  
витА - 1 431,22    витВ2 - 0,59  
витС - 33,62    витD - 4,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 174,76	I - 284,94	P - 515,12	Na - 2 712,79
F - 302,04	Se - 17,97	Mg - 135,91	Fe - 8,44

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП Здоровье и Сила"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы №



**МЕНЮ**

на 07.03.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Бутерброд с маслом, сыром**		60	182
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	505	668
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	75
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	847
Всего:	162,74	1 301	1 515

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ	витА	витВ2
50,29	50,14	207,03	0,05	446,69	0,73
			1,06	19,69	0,51
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 553,22	I - 267,22	P - 866,17	Na - 2 895,34		
F - 120,04	Se - 31,6	Mg - 235,4	Fe - 11,85		

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО ФДЛ "ЗДОРОВИЕ СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 09.03.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	36
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Жаркое из птицы *		200	298
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Хлеб _ржано пшениный		40	104
Итого:	94,94	741	792
Всего:	162,74	1 291	1 483

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,01	витА - 240,38	витВ2 - 0,69
42,06	37,84	226,05	витВ1 - 0,66	витС - 22,81	витD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 443,34	I - 191,87	P - 642,23	Na - 2 398,36
F - 248,69	Se - 15,95	Mg - 165,25	Fe - 9,06

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.