

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



Волошко К.Ю.  
 ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

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



**М Е Н Ю**

на 16.03.2023

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
46,39	42,29	190,68	витВ1 - 0,84	витВ2 - 0,81
				витС - 53,65
				витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 285,28	I - 354,77	P - 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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

МЕНЮ

на 17.03.2023

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	витА	витВ2
38,97	43,11	189,43	0,01	620,34	0,83
			0,52	29,15	5,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 333,83	I - 238,57	P - 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 "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 30.03.2023

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

Белки	Жиры	Углеводы
46,39	42,29	190,68

витЕ - 0,36  
витВ1 - 0,84

Витамины в миллиграммах

витА - 378,73	витВ2 - 0,81
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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 31.03.2023

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  
Белки 38,97  
Жиры 43,11

Углеводы 189,43

витЕ - 0,01  
витВ1 - 0,52

Витамины в миллиграммах  
витА - 620,34    витВ2 - 0,83  
витС - 29,15    витD - 5,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 333,83    I - 238,57    P - 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.)