



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО «КДП «Здоров и Сыт»

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

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



МЕНЮ

на 06.04.2023

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
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	42
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Жаркое из птицы *		200	306
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Хлеб _ржано пшениный		40	104
Итого:	94,94	741	808
Всего:	180,75	1 491	1 596

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,77	39,83	245,2	витЕ - 0,01	витА - 246,65	витВ2 - 0,71
			витВ1 - 0,69	витС - 28,96	витD - 0,55
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 462,3	І - 192,36	Р - 679,66	Na - 2 446,34		
F - 278,71	Se - 17,52	Mg - 178,3	Fe - 9,94		

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 07.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы с яблоками .		60	61
Котлеты из птицы с соусом.		100	165
Каша гречневая рассыпчатая.		150	230
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	540	588
Витаминация			
Яблоко*		100	44
Итого:	18,01	100	44
Обед			
Салат из редьки**		60	62
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметанк		200/5	102
Птица тушеная в соусе		100	148
Капуста тушеная		150	138
Напиток фруктовый..		200	106
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	775	703
Всего:	180,75	1 415	1 335

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,72	витА - 399,64	витВ2 - 0,77
40,99	44,01	180,97	витВ1 - 0,61	витС - 70,86	витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 260,25	I - 266,53	P - 571,8	Na - 2 714,34
F - 265,22	Se - 42,97	Mg - 253,1	Fe - 13,74

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 10.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	31
Плов с цыпленком		200	365
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	500	551
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Обед			
Икра кабачковая.		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	78
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	795
Всего:	180,75	1 486	1 445

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры
39,25	46,79

Углеводы

210,96

витЕ - 0,91
витВ1 - 0,42

Витамины в миллиграммах

витА - 1 597,47	витВ2 - 0,72
витС - 28,95	витD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 216,17	I - 267,33	P - 500,37	Na - 2 744,76
F - 232,34	Se - 23,77	Mg - 148,07	Fe - 9,21

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"



М Е Н Ю

на 11.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное **		60	85
Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	208
Какао с молоком..		200	147
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	505	534
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Обед			
Салат из свеклы с яблоками,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	93
Рыба, тушенная с овощами ,,		100	119
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	162
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	771	693
Всего:	180,75	1 476	1 326

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 681,76	витВ2 - 1,2	витВ1 - 0,53
40,99	35,16	192,84			

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 477,24	І - 353,97	Р - 728,02	Na - 2 646,31
F - 569,73	Se - 43,64	Mg - 189,54	Fe - 8,83

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 12.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	66
Биточки из мяса говядины с соусом,		100	173
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	544	559
Витаминизация			
Сок фруктовый 200 г. т/л		1	18
Итого:	18,01	1	18
Обед			
Салат Стелной:		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:	180,75	1 321	1 300

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,02	Витамины в миллиграммах
43,64	41,44	197,59	витВ1 - 0,54	вита - 489,18 витВ2 - 0,55
				витС - 20,8 витD - 2,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 223,69	I - 337,22	P - 552,51	Na - 3 232,59
F - 167,22	Se - 24,09	Mg - 169,82	Fe - 10,98

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.