

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И БИТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 06.04.2023

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>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
<b>Обед</b>			
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	806
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый	18,01	200	99
Итого:	18,01	200	99
Всего:	198,76	1 691	1 695

**Для всего меню**

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в микрограммах		
46,77		39,83	263,4	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 "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 07.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Витаминизация</b>			
Яблоко*		100	44
Итого:	18,01	100	44
<b>Обед</b>			
Салат из квашеной капусты*		60	61
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметан		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
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	18,01	1	18
Всего:	198,76	1 416	1 353

**Для всего меню**

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
41,16	43,94	186,21	витЕ - 0,72	вита - 399,64	витВ2 - 0,76
			витВ1 - 0,62	витС - 71,81	витРР - 0,19

**Минеральные вещества в миллиграммах**

Са - 262,34	К - 195,97	Р - 575,51	Na - 2 264,94
F - 263,58	Se - 42,94	Mg - 250,99	Fe - 13,95

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

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 10.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
<b>Обед</b>			
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
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	18,01	1	18
Всего:	198,76	1 487	1 463

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,91	вита - 1 597,47	витВ2 - 0,72
39,45	46,83	215	витВ1 - 0,44	витС - 29,75	витD - 0,55
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Са - 218,97	1 - 267,33	Р - 503,17	Na - 2 744,76		
F - 232,34	Se - 23,77	Mg - 149,67	Fe - 9,77		

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

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



"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "Клиника Здоровья и Счастья"  
 Д.П.Я.



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



**М Е Н Ю**

на 11.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
<b>Обед</b>			
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
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Всего:	198,76	1 676	1 425

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамин А - 681,76	Витамин В2 - 1,2	Витамин В1 - 0,53
41,99	35,16	211,04			
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 "ЗДОРОВИ СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

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



**М Е Н Ю**

на 12.04.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	18,01	1	18
<b>Обед</b>			
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
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Всего:	198,76	1 521	1 399

Для всего меню

В граммах  
 Белки 44,64  
 Жиры 41,44  
 Углеводы 215,79

Витамины в миллиграммах  
 витЕ - 0,02  
 витВ1 - 0,56  
 витА - 489,18  
 витС - 24,8  
 витВ2 - 0,55  
 витD - 2,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 237,69    I - 337,22    P - 566,51    Na - 3 232,59  
 F - 167,22    Se - 24,09    Mg - 177,82    Fe - 11,58

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

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