

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



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



МЕНЮ на 15.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	31
Птица тушеная в соусе		100	148
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	544	505
Витаминация			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Обед			
Печенье,...		60	261
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью,		15/200/1	114
Тертели 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	1 018
Всего:	180,75	1 540	1 622

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,72	витА - 1 368,79
69,95	49,02	209,35	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,6
				витС - 18,91
				витD - 2,77

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 190,44	I - 233,36	P - 542,23	Na - 2 277,87
F - 317,25	Se - 18,01	Mg - 147,87	Fe - 9,64

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 16.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с маслом, сыром**		60	187
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	505	674
Витаминация			
Сок фруктовый		200	99
Итого:	18,01	200	99
Обед			
Винегрет овощной .		60	73
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		200/5/1	111
Биточки из мяса говядины с соусом,		100	173
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	873
Всего:	180,75	1 501	1 646

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,05	Витамины в миллиграммах	витА - 446,45	витВ2 - 0,75
51,81	50,43	226,6	витВ1 - 1,06	витС - 20,05	витD - 0,52	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 552,8	І - 267,42	Р - 870,01	Na - 2 832,8			
F - 120,65	Se - 31,75	Mg - 235,65	Fe - 11,92			

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 17.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Шницель из птицы с соусом		100	165
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	550	643
Витаминация			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	18,01	1	18
Обед			
Салат из квашеной капусты*		60	61
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	110
Рыба, тушенная с овощами ;,		100	119
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	162
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	771	718
Всего:	180,75	1 322	1 380

Для всего меню

Белки		В граммах		Витамины в миллиграммах		
40,49	Жиры	36,16	Углеводы	витЕ - 0,55	вита - 655,02	витВ2 - 0,77
			206,56	витВ1 - 0,72	витС - 44,28	витРР - 0,19
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 255,52	К - 367,89	Р - 624,93	Na - 3 036,24			
F - 609,33	Se - 29,54	Mg - 193,35	Fe - 8,84			

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 18.05.2023

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			
Огурец св, порционно.		60	10
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	774
Всего:	180,75	1 491	1 564

Для всего меню

	В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,05	витА - 245,09	витВ2 - 0,7
45,71	36,82	245,28	витВ1 - 0,7	витС - 33,53	витD - 0,55
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 462,84	l - 192,12	P - 689,12	Na - 1 995,16		
F - 276,25	Se - 17,48	Mg - 179,1	Fe - 9,96		

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 № _____



М Е Н Ю

на 19.05.2023

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
Витаминизация			
Яблоко*,		100	44
Итого:	18,01	100	44
Обед			
Салат из редьки**		60	62
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
Всего:	180,75	1 415	1 335

Для всего меню

В граммах
Белки 40,99
Жиры 44,01

Углеводы
180,97

витЕ - 0,72
витВ1 - 0,61

Витамины в миллиграммах
вита - 399,64
витС - 70,86
витВ2 - 0,77
витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 260,25 I - 266,53 Р - 571,8
F - 265,22 Se - 42,97 Mg - 253,1

Na - 2 714,34
Fe - 13,74

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.