

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 04.05.2023

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, порционнo.		60	9
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	773
Всего:	180,75	1 491	1 563

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	К - 192,12	Р - 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 "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 05.05.2023

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 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

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

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 260,25	І - 266,53	Р - 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"
 Для
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

МЕНЮ

на 10.05.2023

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/п		1	18
Итого:	18,01	1	18
Обед			
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
Всего:	180,75	1 321	1 300

Для всего меню

В граммах
 Белки 43,64 Жиры 41,44 Углеводы 197,59

витЕ - 0,02
 витВ1 - 0,54

Витамины в миллиграммах
 витА - 489,18 витВ2 - 0,55
 витС - 20,8 витD - 2,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 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.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

М Е Н Ю

на 11.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из редьки**			
Жаркое из птицы *		60	62
Кисель + С витамин.		200	306
Хлеб пшеничный		200	130
		40	94
Итого:	67,80	500	592
Витаминизация			
Сок фруктовый			
		200	99
Итого:	18,01	200	99
Обед			
Винегрет овощной .		60	73
Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	116
Кнели куриные с соусом		100	131
Пюре из бобовых с м/растит.		150	226
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	821	792
Всего:	180,75	1 521	1 483

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
49,65		43,06	210,7

витЕ - 0,36
витВ1 - 0,89

Витамины в миллиграммах
витА - 382,33 витВ2 - 0,83
витС - 59,48 витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 303,42	І - 355,19	Р - 650,05	Na - 3 505,95
F - 351,82	Se - 34,59	Mg - 197,75	Fe - 11,81

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 12.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	42
Котлеты рыбные с соусом.		100	159
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	162
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	550	518
Витаминация			
Яблоко*,		100	44
Итого:	18,01	100	44
Обед			
Фасоль с луком и томатом.		60	47
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/2	87
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	821
Всего:	180,75	1 377	1 383

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах
38,05	Жиры	196,03	витаВ2 - 0,85 витВ1 - 0,49
	43,29		
		витаА - 561,63	

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 347,67	I - 240,33	P - 504,29	Na - 2 605,51
F - 467,67	Se - 27,74	Mg - 158,2	Fe - 9,15

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.