

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоров и сыт"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"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
Обед			
Огурец св, порционно.		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:	162,74	1 291	1 464

Для всего меню

В граммах
 Белки 44,71
 Жиры 36,82

Углеводы 227,08

ВитЕ - 0,05
 ВитВ1 - 0,68

Витамины в миллиграммах
 витА - 245,09 витВ2 - 0,7
 витС - 29,53 витD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 448,84
 F - 276,25

I - 192,12
 Se - 17,48

P - 675,12
 Mg - 171,1

Na - 1 995,16
 Fe - 9,36

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Куприянова Ю.А.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

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
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:	162,74	1 315	1 291

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,59	43,61	171,17	витЕ - 0,72	витА - 396,64	витВ2 - 0,75
			витВ1 - 0,59	витС - 66,86	витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 246,17	I - 264,77	P - 562,23	Na - 2 694,58
F - 258,18	Se - 42,71	Mg - 245,27	Fe - 11,83

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 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
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:	162,74	1 320	1 282

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,44		41,4	193,55	витЕ - 0,02	вита - 489,18	витВ2 - 0,55
				витВ1 - 0,52	витС - 20	витD - 2,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 220,89	І - 337,22	Р - 549,71	Na - 3 232,59
F - 167,22	Se - 24,09	Mg - 168,22	Fe - 10,42

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 11.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из редьки**		60	62
Жаркое из птицы *		200	306
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	67,80	500	592
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:	162,74	1 321	1 384

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
48,65		43,06	192,5	витЕ - 0,36
				витА - 382,33
				витВ2 - 0,83
				витС - 55,48
				витРР - 0,15
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 289,42	I - 355,19	P - 636,05	Na - 3 505,95	
F - 351,82	Se - 34,59	Mg - 189,75	Fe - 11,21	

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 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
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:	162,74	1 277	1 339

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А	витВ2	витВ1
37,65	42,89	186,23	558,63	0,83	0,47

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 333,59	l - 238,57	P - 494,72	Na - 2 585,75
F - 460,63	Se - 27,48	Mg - 150,37	Fe - 7,24

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.