

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



Волошко К.Ю.  
 ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

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



**М Е Н Ю**

на 15.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
Печенье,...		60	261
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью,		15/200/1	114
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	796	1 018
Всего:	162,74	1 340	1 523

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
68,95		49,02	191,15	витЕ - 0,72	витА - 1 368,79
				витВ1 - 0,43	витВ2 - 0,6
					витС - 14,91
					витD - 2,77
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 176,44	I - 233,36	P - 528,23	Na - 2 277,87		
F - 317,25	Se - 18,01	Mg - 139,87	Fe - 9,04		

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 16.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	73
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на б/		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:	162,74	1 301	1 547

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
50,81	50,43	208,4	витЕ - 0,05	витА - 446,45
			витВ1 - 1,06	витВ2 - 0,75
				витС - 20,05
				витD - 0,52
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 552,8	I - 267,42	P - 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 (школьники)



**МЕНЮ**

на 17.05.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Обед</b>			
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:	162,74	1 321	1 361

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,55	Витамины в миллиграммах	витА - 655,02	витВ2 - 0,77
40,29	36,12	202,52	витВ1 - 0,7	витС - 43,48	витРР - 0,19	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 252,72	К - 367,89	Р - 622,13	Na - 3 036,24			
F - 609,33	Se - 29,54	Mg - 191,75	Fe - 8,28			

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 18.05.2023

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>Обед</b>			
Огурец св, порционнo.		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:	162,74	1 291	1 465

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
44,71	36,82	227,08	витЕ - 0,05	витА - 245,09	витВ2 - 0,7
			витВ1 - 0,68	витС - 29,53	витD - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 448,84	I - 192,12	P - 675,12	Na - 1 995,16
F - 276,25	Se - 17,48	Mg - 171,1	Fe - 9,36

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 19.05.2023

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>Обед</b>			
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	В граммах	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

Са - 246,17	l - 264,77	Р - 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.