

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 07.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*		100	47
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	354
Чай с сахаром		200	60
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	542
Обед			
Салат "Витаминный"		60	93
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
Жаркое из птицы *		200	306
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	741	870
Всего:	162,74	1 281	1 412

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
40,73	36,02	216,81

витD - 0,85	Витамины в миллиграммах	
витB2 - 0,99	витA - 408,66	витB1 - 0,57
	витE - 0,01	витC - 27

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 352,29	F - 268,59	Fe - 9,78	I - 185,72
K - 1 692,92	Mg - 154,11	Na - 2 110,87	P - 601,51

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 08.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Котлеты из филе птицы с соусом.		100	179
Каша гречневая рассыпчатая,		150	244
Компот из кураги. + С витамин		200	121
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	675
Витаминация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат Степной:		60	60
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
Капуста тушеная		150	116
Напиток фруктовый..		200	128
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	796	758
Витаминация2			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 636	1 564

Для всего меню

В граммах
Белки 41,45
Жиры 45,92

Углеводы 231,77

витD - 0,62
витB2 - 0,95

Витамины в миллиграммах
витА - 1 715,17
витE - 0,72
витB1 - 0,7
витC - 64,35

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 313,99 F - 201,13 Fe - 14,66 I - 232,22
K - 2 060,6 Mg - 297,83 Na - 2 680,74 P - 670,79

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 11.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,...		60	260
Плов с фруктами.		200	378
Чай с сахаром		200	60
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	500	799
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Икра кабачковая..		60	80
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Колбаса отварная с соусом..*		100	154
Макаронные изделия отварные **		150	168
Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	745
Витаминизация2			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 576	1 676

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры
35,76		48,95

Углеводы
266,97

витD - 2,03
витB2 - 0,59

Витамины в миллиграммах	
витА - 847,35	витB1 - 0,54
витE - 0,91	витPP - 0,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 242,11	F - 131,28	Fe - 11,45	I - 121,6
K - 1 026,15	Mg - 145,62	Na - 1 507,76	P - 480,7

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 12.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное **		60	95
Каша вязкая молочная пшениная,,		200/5	297
Какао с молоком..		200	119
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	611
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	85
Рыба, тушенная с овощами ,,		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	791	707
Всего:	162,74	1 296	1 318

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD -	витА -	витВ1 -
46,16	39,06	188,65	13,34	810,67	0,58
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 482,61	F - 560,46	Fe - 8,27	I - 317,62		
K - 1 834,38	Mg - 198,27	Na - 2 250,5	P - 754,91		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 13.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	111
Биточки из филе птицы с соусом		100	179
Макаронные изделия отварные **		150	168
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	628
Витаминация			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат Степной:		60	60
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
Птица тушеная в соусе		100	120
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сл		150	244
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	786	821
Витаминация2			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	198,76	1 626	1 582

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2	Витамины в миллиграммах
43,83	41,56	236,14	витB2 - 0,77	витА - 541,5 витB1 - 0,63
Минеральные вещества в миллиграммах			витE - 1,07	витC - 157,5
Ca - 266,98	F - 342,38	Fe - 12,49	I - 280,78	
K - 1 380,44	Mg - 157,63	Na - 2 860,45	P - 593,06	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г