

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



М Е Н Ю

на 14.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
Картофель отварной,		150	150
Кисель + С витамин.		200	119
Хлеб пшеничный*.*		45	170
<b>Итого:</b>	<b>67,80</b>	<b>555</b>	<b>624</b>
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	75
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
Кнели куриные с соусом		100	135
Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>94,94</b>	<b>771</b>	<b>793</b>
<b>Всего:</b>	<b>162,74</b>	<b>1 326</b>	<b>1 417</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 8,97	витА - 330,03	витВ1 - 0,86
43,36	49,8	191,15	витВ2 - 0,79	витЕ - 0,72	витС - 40,23

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 285,94	F - 218,23	Fe - 11,11	I - 283,33
K - 2 018,58	Mg - 186,54	Na - 3 378,43	P - 634

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор  \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 15.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Яйцо вареное **		60	95
Каша вязкая молочная пшениная,,		200/5	297
Какао с молоком..		200	119
Хлеб пшеничный*.*		45	170
Итого:	67,80	510	681
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
<b>Обед</b>			
Печенье,...		60	260
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/1	91
Шницель из филе птицы с соусом		100	179
Каша гречневая рассыпчатая,		150	244
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	1 055
<b>Витаминизация2</b>			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 586	1 867

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
53,63	52,12	277,77	витD - 3,29	витА - 424,11    витВ1 - 0,82

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 486,3	F - 234,11	Fe - 15,43	I - 202,8
К - 1 384,01	Mg - 292,34	Na - 2 177,53	P - 855,78

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 18.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	80
Птица тушеная в соусе		100	120
Рис отварной с м/сливочным		150	210
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	554	607
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
<b>Обед</b>			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью,		15/200/1	110
Тефтели из филе кур тушеные в соусе		100	145
Макаронные изделия отварные **		150	168
Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	796	754
<b>Витаминизация2</b>			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,10	100	47
Всего:	198,85	1 650	1 494

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
60,41		36,82	230,8	витD - 2,93    витА - 1 382,85    витВ1 - 0,45
				витЕ - 1,27    витС - 27,41

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 219,6	F - 418,67	Fe - 10,57	I - 236,01
К - 1 297,99	Mg - 177,32	Na - 2 354,21	P - 547,2

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

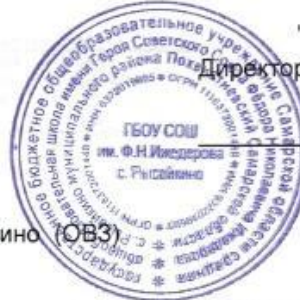
Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 19.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Бутерброд с маслом, сыром**		60	188
Каша молочная манная		200/5	265
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	654
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	75
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Биточки из филе птицы с соусом		100	179
Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
Компот из кураги.+ С витамин		200	121
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	846
Всего:	162,74	1 281	1 501

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,46	52,55	203,92	витD - 0,77	витА - 438,92	витВ1 - 0,88
			витВ2 - 1,07	витЕ - 0,42	витС - 16,92

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 563,21	F - 197,22	Fe - 10,88	I - 243,62
К - 1 776,73	Mg - 205,26	Na - 2 738,92	P - 790,9

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 20.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Салат из свеклы с яблоками,		60	62
Шницель из филе птицы с соусом		100	179
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	550	653
<b>Витаминизация</b>			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
Рыба, тушенная с овощами ,,		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	791	706
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	198,76	1 641	1 491

**Для всего меню**

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 12,22	Витамины в миллиграммах
42,86	35,63	240,24		витА - 779,37    витВ1 - 0,73

**Минеральные вещества в миллиграммах**

Са - 294,26	F - 622,16	Fe - 11,24	I - 478,62
K - 2 171,25	Mg - 208,89	Na - 3 727,29	P - 636,09

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.