

УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 21.09.2023

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			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	витА	витВ1
40,73	36,02	216,81	0,85	408,66	0,57
			витВ2	витЕ	витС
			0,99	0,01	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 _____ Киселева Е.Н.

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 22.09.2023

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

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,62	Витамины в миллиграммах	
41,45	45,92	231,77	витB2 - 0,95	витA - 1 715,17	витB1 - 0,7
				витE - 0,72	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 _____ Киселева Е.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 25.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,...		60	260
Шницель из филе птицы с соусом		100	179
Рис отварной с м/сливочным		150	210
Чай с сахаром		200	60
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	550	810
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	1 626	1 687

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,62	Витамины в миллиграммах	
42,17	51,82	257,42	витB2 - 0,63	витА - 296,33	витB1 - 0,6
				витЕ - 0,91	витС - 28,17

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 236,29	F - 169,5	Fe - 11,76	I - 230,64
K - 934,34	Mg - 143,1	Na - 2 460,41	P - 520,92

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Котлеты рыбные с соусом.		100	107
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	554	478
Обед			
Салат из свеклы отварной		60	56
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	85
Тефтели из филе кур тушеные в соусе		100	145
Каша пшеничная вязкая*		150	134
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	791	763
Всего:	162,74	1 345	1 242

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 6,34	Витамины в миллиграммах	
36,37	30,99	190,36	витB2 - 0,77	витA - 409,32	витB1 - 0,52
				витE - 0,36	витC - 30,1
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 308,83	F - 349,48	Fe - 8,58	I - 383,22		
K - 1 608,62	Mg - 168,47	Na - 3 277,53	P - 504,56		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 27.09.2023

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
Витаминизация			
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
Витаминизация2			
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
				витE - 1,07	витC - 157,5
Минеральные вещества в миллиграммах					
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 _____ Киселева Е.Н.