

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 28.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Итого:	67,80	555	624
Обед			
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
Итого:	94,94	771	793
Всего:	162,74	1 326	1 417

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 8,97	вита А - 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 _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 29.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное		60	95
Каша вязкая молочная пшениая		200/5	297
Какао с молоком		200	119
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	510	681
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Печенье		60	260
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелены		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
Витаминизация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 586	1 867

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
53,63	52,12	277,77	витD - 3,29 вита - 424,11 витB1 - 0,82

Минеральные вещества в миллиграммах

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

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 02.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Витаминация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
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
Витаминация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,10	100	47
Всего:	198,85	1 650	1 494

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2,93	вита - 1 382,85
60,41	36,82	230,8	витB2 - 0,65	витB1 - 0,45
				витE - 1,27
				витC - 27,41

Минеральные вещества в миллиграммах

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

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 03.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,77	витА - 438,92	витВ1 - 0,88
48,46	52,55	203,92	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
K - 1 776,73	Mg - 205,26	Na - 2 738,92	P - 790,9

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 04.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
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
Витаминизация2			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	198,76	1 641	1 491

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 12,22	вита - 779,37	витB1 - 0,73
42,86	35,63	240,24			

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 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 _____ Фролова Л.Г