

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 01.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
Котлеты рыбные с соусом.		100	107
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Чай с сахаром		200	60
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	555	526
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Печенье		60	260
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		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
Всего:	180,75	1 531	1 666

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 6,05	витА - 388,67	витВ1 - 0,79
42,63	41,5	259,28			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 302,6	F - 388,43	Fe - 12,79	I - 299,43		
K - 1 616,34	Mg - 265,24	Na - 2 709,39	P - 651,02		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 04.09.2023

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
Витаминизация			
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
Всего:	180,75	1 550	1 447

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
60,01		36,42	221	витD - 2,93
				витB2 - 0,63
				витA - 1 379,85
				витE - 1,27
				витB1 - 0,43
				витC - 23,41
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 205,52	F - 411,63	Fe - 8,66	I - 234,25	
K - 1 067,25	Mg - 169,49	Na - 2 334,45	P - 537,63	

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



М Е Н Ю

на 05.09.2023

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

Белки	В граммах	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						
Ca - 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 "КП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 06.09.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы с яблоками,		60	62
Шницель из филе птицы с соусом		100	179
Каша пшенная 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
Всего:	180,75	1 441	1 407

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	ВитD - 12,22	Витамины в миллиграммах
41,86		35,63	220,04		витА - 779,37 витВ1 - 0,71
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 280,26	F - 622,16	Fe - 10,64	I - 478,62		
K - 2 171,25	Mg - 200,89	Na - 3 727,29	P - 622,09		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г