

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 12.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное		60	95
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Какао с молоком..		200	119
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	561
Обед			
Винегрет овощной .		60	75
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	119
Кнели куриные с соусом		100	135
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	771	759
Всего:	162,74	1 276	1 320

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 3,26	витА - 457,28	витВ1 - 0,52
47,56	48,01	178,66	витВ2 - 1,12	витЕ - 0,36	витС - 11,06

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 418,32	F - 255,75	Fe - 9,04	I - 250,35
K - 1 194,16	Mg - 163,73	Na - 2 559,08	P - 675,48

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 13.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	80
Рагу овощное из птицы.		200	223
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	505	567
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки		60	47
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/1	91
Шницель из птицы с соусом		100	179
Каша гречневая рассыпчатая		150	244
Компот из кураги. + С витамин		200	121
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	830
Витаминизация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 581	1 529

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,57	витА - 785,4	витВ1 - 0,72
45,31	42,53	215,99	витВ2 - 0,94	витЕ - 0,55	витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 287,45	F - 327,74	Fe - 14,88	I - 252,81
К - 2 066,95	Mg - 282,74	Na - 2 676,28	P - 648,39

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 16.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	111
Котлеты из птицы с соусом.		100	179
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
Компот из кураги.+ С витамин		200	121
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	663
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	110
Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
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	786	727
Витаминизация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 626	1 521

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	вита	витB1
55,86	41,17	230,8	- 2,55	- 404,26	- 0,45
			витB2 - 0,59	витаE - 0,72	витC - 33,06

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 280,68	F - 255,04	Fe - 11,02	I - 233,32
K - 1 536,05	Mg - 151,74	Na - 2 286,09	P - 583,42

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 17.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Птица тушеная в соусе		100	120
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным		150	213
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	555	632
Обед			
Салат из свеклы с яблоками,		60	62
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
Биточки из птицы запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	162,74	1 326	1 598

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,59	вита А - 419,92	витВ1 - 0,77
45,78	53,59	205,01	витВ2 - 0,77	вита Е - 0,36	вита С - 18,9

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 252,66	F - 239,45	Fe - 9,12	I - 301,54
К - 1 049,07	Mg - 143,26	Na - 3 102,91	P - 529,91

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 18.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Плов из птицы		200	305
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	504	552
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Винегрет овощной		60	75
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
Шницель из птицы с соусом		100	179
Каша гречневая рассыпчатая,		150	244
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	863
Витаминизация2			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	198,76	1 575	1 546

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2,39	витА - 1 810,7	витВ1 - 0,71
47,58	38,29	232,9			

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 218,14	F - 365,9	Fe - 13,7	I - 321,96
K - 1 551,45	Mg - 275,37	Na - 3 291,51	P - 648,92

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г