

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 19.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с маслом, сыром		60	188
Суп молочный с вермишелью		200/5	125
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	514
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Жаркое из птицы		200	306
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	162,74	1 251	1 235

Для всего меню

Белки
41,33

В граммах
Жиры
43,7

Углеводы
158,81

витD - 0,7
витB2 - 1,06

Витамины в миллиграммах
вита А - 345,02 витB1 - 0,51
витаЕ - 0,39 витС - 157,85

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 494,08	F - 252,02	Fe - 7,31	I - 175,69
K - 1 540,66	Mg - 149,17	Na - 2 400,17	P - 659,25

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (Ова)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 20.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	354
Кисель + С витамин.		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
Витаминация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Рыба, тушеная с овощами		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Напиток фруктовый..		200	128
Хлеб пшеничный		45	170
Хлеб ржано пшеничный		50	146
Итого:	94,94	811	836
Витаминация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,00	100	47
Всего:	198,75	1 611	1 782

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	вита	витВ1
43,52	35,83	298,09	- 19,54	- 622,54	- 0,7
			витВ2 - 1,11	витаЕ - 0,02	витС - 53,92

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 420,36	F - 536,37	Fe - 11,42	I - 268,7
К - 1 893,28	Mg - 202,11	Na - 2 323,54	P - 756,06

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 (ОБЗ)

М Е Н Ю

на 23-10-2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	56
Биточки из птицы с соусом		100	179
Каша гречневая рассыпчатая,		150	244
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	544	657
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
Плов из птицы		200	305
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	726	746
Витаминизация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 570	1 535

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,77	витА - 473,56	витВ1 - 0,58
47,39	42,41	225,16	витВ2 - 0,7	витЕ - 0,92	витС - 31,07
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 291,28	F - 281,31	Fe - 13,16	I - 319,16		
К - 1 238,16	Mg - 253,96	Na - 3 008,42	P - 592,35		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 24.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра морковная:		60	69
Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
Макаронные изделия отварные		150	168
Кисель + С витамин.		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	587
Обед			
Салат Степной:		60	60
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
Котлеты из птицы "Московские"		100	167
Капуста тушеная		150	116
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	683
Всего:	162,74	1 311	1 269

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	витА	витВ1
41,88	45,8	173,69	8,83	1 460,61	0,59
			витВ2	витЕ	витС
			0,57	0,36	65,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 259,53	F - 115,18	Fe - 7,86	I - 301,77
К - 1 206,66	Mg - 128,91	Na - 2 912,73	P - 451,27

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 25.10.2023

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 сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	555	544
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат "Витаминный"		60	93
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	835
Витаминизация2			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	198,76	1 631	1 511

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 7,48	витА - 577,72	витВ1 - 0,97
45,38	35,2	227,68	витВ2 - 0,88	витЕ - 0,36	витС - 42,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 325,33	F - 404,53	Fe - 13,92	I - 335,15
К - 2 378,53	Mg - 237,42	Na - 3 007,23	P - 674,73

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г