

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.10.2023

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

Белки	В граммах		Витамины в миллиграммах		
Жиры	Жиры	Углеводы	витD - 3,26	вита - 457,28	витB1 - 0,52
47,56	48,01	178,66	витB2 - 1,12	витE - 0,36	витC - 11,06
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 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.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 27.10.2023

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
Обед			
Салат из редьки		60	47
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		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
Всего:	162,74	1 281	1 397

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,57	вита - 782,4	витB1 - 0,68
43,91	42,13	185,99	витB2 - 0,92	витE - 0,55	витPP - 0,15
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 259,37	F - 320,7	Fe - 12,37	I - 251,05		
K - 1 836,21	Mg - 266,91	Na - 2 656,52	P - 624,82		

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 (школьники)



МЕНЮ

на 07.11.2023

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 - 8,83	витА - 1 460,61	витВ1 - 0,59
41,88	45,8	173,69	витВ2 - 0,57	витЕ - 0,36	витС - 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 _____ Касаткина Я.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 08.11.2023

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
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
Всего:	162,74	1 331	1 379

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 7,48	вита - 574,72	витВ1 - 0,93
43,98	34,8	197,68	витВ2 - 0,86	витаЕ - 0,36	витС - 34,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 297,25	F - 397,49	Fe - 11,41	I - 333,39
К - 2 147,79	Mg - 221,59	Na - 2 987,47	P - 651,16

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.