

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 07.12.2023

| 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 |
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| 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: | 180,75 | 1 476 | 1 405 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD - 3,26 | витА - 457,28 | витВ1 - 0,54 |
| 48,56 | 48,01 | 198,86 | витВ2 - 1,12 | витЕ - 0,36 | витС - 15,06 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Са - 432,32 | F - 255,75 | Fe - 9,64 | I - 250,35 |
| К - 1 194,16 | Mg - 171,73 | Na - 2 559,08 | P - 689,48 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



МЕНЮ

на 08.12.2023

| 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 | | | |
| Фрукты (нарезка) * | | 100 | 47 |
| Итого: | 18,01 | 100 | 47 |
| 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 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 94,94 | 776 | 823 |
| Всего: | 180,75 | 1 381 | 1 437 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD - 0,62 | витА - 782,45 | витВ1 - 0,71 |
| 44,11 | 42,52 | 194,21 | витВ2 - 0,95 | витЕ - 0,55 | витРР - 0,15 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Са - 280,49 | F - 331,26 | Fe - 15,24 | I - 253,69 |
| К - 2 182,32 | Mg - 278,66 | Na - 2 686,16 | P - 639,18 |

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Касаткина Я.Ю. Касаткина Я.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



МЕНЮ

на 11.12.2023

| 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 изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 67,80 | 540 | 663 |
| Витаминация | | | |
| Сок фруктовый в ассортименте | | 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 |
| Всего: | 180,75 | 1 526 | 1 475 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-----------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD - 4,05 | вита А - 331,84 | витВ1 - 0,44 |
| 54,83 | 40,79 | 221,64 | витВ2 - 0,55 | витЕ - 0,72 | витС - 28,74 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 252 | F - 278,87 | Fe - 8,94 | I - 231,67 |
| K - 1 123,63 | Mg - 131,12 | Na - 2 277,09 | P - 565,28 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



на 12.12.2023

МЕНЮ

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| Салат из редьки и моркови.* | | 60 | 45 |
| Плов из птицы* | | 200 | 305 |
| Чай с сахаром | | 200 | 93 |
| Хлеб пшеничный*.* | | 45 | 170 |
| Итого: | 67,80 | 505 | 614 |
| Витаминация | | | |
| Яблоко*.* | | 100 | 47 |
| Итого: | 18,01 | 100 | 47 |
| 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: | 180,75 | 1 376 | 1 627 |

Для всего меню

| | | | | | | |
|-------|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | В граммах | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах | | |
| 47,92 | | 54,05 | 208,27 | витD - 0,51 | витА - 518,66 | витВ1 - 0,66 |
| | | | | витВ2 - 0,77 | витЕ - 0,2 | витРР - 0,24 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Са - 270,52 | F - 216 | Fe - 10,73 | I - 282,61 |
| К - 1 373,82 | Mg - 142,83 | Na - 2 971,31 | P - 473,38 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



МЕНЮ

на 13.12.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| Салат из моркови (припущен.) с сахаром | | 60 | 49 |
| Фрикадельки из птицы с томатным соусом. | | 100 | 125 |
| Макаронные изделия отварные ** | | 150 | 168 |
| Чай с лимоном** | | 200/3,5 | 97 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 67,80 | 544 | 521 |
| Витаминизация | | | |
| Компот из свежемороженых ягод + С витамин | | 200 | 32 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 32 |
| 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 кураги.+ С витамин | | 200 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 94,94 | 771 | 855 |
| Всего: | 180,75 | 1 515 | 1 408 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-----------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD - 0,84 | вита - 1 634,64 | витB1 - 0,69 |
| 42,27 | 40,35 | 201,25 | витB2 - 0,67 | витE - 0,37 | витC - 16,42 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|------------|---------------|------------|
| Ca - 200,01 | F - 192,89 | Fe - 11,22 | I - 264,65 |
| K - 1 341,32 | Mg - 251 | Na - 2 586,64 | P - 571,66 |

Зав. производством _____

Куликова Л.А.

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Касаткина Я.Ю.