

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



на 07.12.2023

М Е Н Ю

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	витA - 457,28
48,56	48,01	198,86	витB2 - 1,12	витB1 - 0,54
Минеральные вещества в миллиграммах			витE - 0,36	витC - 15,06
Ca - 432,32	F - 255,75	Fe - 9,64	I - 250,35	
K - 1 194,16	Mg - 171,73	Na - 2 559,08	P - 689,48	

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

Калькулятор Касаткина Я.Ю. Касаткина Я.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

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

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,62	Витамины в миллиграммах	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 (1-4 класс)



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
Витаминизация			
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

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
54,83		40,79	221,64

витD - 4,05	Витамины в миллиграммах	
витB2 - 0,55	витA - 331,84	витB1 - 0,44
	витE - 0,72	витC - 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 (1-4 класс)



М Е Н Ю

на 12.12.2023

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
Витаминизация			
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

В граммах
 Белки 47,92 Жиры 54,05 Углеводы 208,27

Витамины в миллиграммах
 витD - 0,51 витА - 518,66 витB1 - 0,66
 витB2 - 0,77 витE - 0,2 витPP - 0,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 270,52 F - 216 Fe - 10,73 I - 282,61
 K - 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 (1-4 класс)



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

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,84	Витамины в миллиграммах
42,27	40,35	201,25	витB2 - 0,67	вита - 1 634,64 витB1 - 0,69
				вите - 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. Касаткина Я.Ю.