

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



МЕНЮ

на 14.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшеничная,,		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
Витаминация			
№389 Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№259 Жаркое из птицы *		200	306
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	736	677
Всего:	180,75	1 441	1 418

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	витА	витВ1
45,55	45,4	198,87	- 0,75	- 354,89	- 0,68
			витВ2 - 1,03	витЕ - 0,34	витС - 161,63

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 548,75	F - 260,15	Fe - 8,38	I - 175,93
К - 1 593,26	Mg - 185,97	Na - 2 492,96	P - 706,87

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 15.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		60	260
№883/Акт Кисель + С витамин.		180/30	354
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		200	119
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		30	81
Итого:	67,80	500	814
Витаминизация			
№338 Фрукты (нарезка) *		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
№229 Рыба, тушенная с овощами ..		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		30	81
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		30	81
Итого:	94,94	776	613
Всего:	180,75	1 376	1 474

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
38	33,66	239,56	витD - 19,28	витA - 696,46	витB1 - 0,52
			витB2 - 0,83	витE - 0,01	витC - 48,29
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 390,64	F - 523,64	Fe - 10,42	I - 304,11		
K - 2 002,78	Mg - 180,43	Na - 2 258,54	P - 664,3		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Касаткина Я.Ю.

Куликова Л.А.
Касаткина Я.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс.)



МЕНЮ

на 18.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№52 Салат из свеклы отварной		60	56
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	244
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	544	657
Витаминация			
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№291 Плов из птицы*		200	305
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	726	746
Всего:	180,75	1 470	1 488

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,77	вита - 470,56	витВ1 - 0,56
46,99	42,01	215,36	витВ2 - 0,68	вите - 0,92	витС - 27,07

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 277,2	F - 274,27	Fe - 11,25	I - 317,4
К - 1 007,42	Mg - 246,13	Na - 2 988,66	P - 582,78

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Куликова
Алексеев

Касаткина Я.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



МЕНЮ

на 19.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная:		60	69
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	587
Витаминизация			
№338 Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№270 Котлеты из птицы "Московские"		100	167
№139 Капуста тушеная		150	116
№1008 Напиток лимонный		200	98
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	683
Всего:	180,75	1 411	1 316

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
42,28	46,2	183,49	витD - 8,83	вита - 1 463,61	витB1 - 0,61
			витB2 - 0,59	витаE - 0,36	витC - 69,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 273,61	F - 122,22	Fe - 9,77	I - 303,53
K - 1 437,4	Mg - 136,74	Na - 2 932,49	P - 460,84

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 20.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
--------------------	------	-------	------

Завтрак

№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№234 Котлеты рыбные с соусом.		100	107
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	170
Итого:	67,80	555	544

Витаминизация

№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
Итого:	18,01	200	32

Обед

№49 Салат "Витаминный"		60	93
№99 Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№1/198 Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	835
Всего:	180,75	1 531	1 411

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 7,48	Витамины в миллиграммах	витА - 574,72	витВ1 - 0,93
46,67	39,65	205,36	витВ2 - 0,86	витЕ - 0,36	витС - 34,55	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 297,55	F - 397,49	Fe - 11,46	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.