

УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 11.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	74,58	505	656
<b>Обед</b>			
№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
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	736	674
Всего:	179,01	1 241	1 330

Для всего меню

Белки  
44,87

В граммах  
Жиры  
45,12

Углеводы  
178,11

витD - 0,75

Витамины в миллиграммах  
витА - 268,09    витВ1 - 0,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 536,35

F - 260,15

Fe - 8,06

I - 175,93

K - 1 588,66

Mg - 182,77

Na - 2 491,36

P - 703,47

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 12.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко		100	47
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		180/30	354
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	601
<b>Обед</b>			
№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
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	776	552
Всего:	179,01	1 316	1 153

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
34,1	26,86	187,6	витD - 19,23	вита А - 699,11	витВ1 - 0,46	
			витВ2 - 0,81	витаЕ - 0,01	витС - 46,29	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 361,84	F - 520,12	Fe - 7,49	I - 303,23			
К - 1 866,83	Mg - 160,68	Na - 2 248,03	P - 598,33			

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



**МЕНЮ**

на 15.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№58 Салат из редьки с овощами		60	43
№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
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>544</b>	<b>644</b>
<b>Обед</b>			
№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
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>726</b>	<b>746</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 270</b>	<b>1 390</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,77	витА - 734,01	витВ1 - 0,55
46,13	41,49	193,87	витВ2 - 0,68	витЕ - 1,05	витРР - 0,12

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 237,6	F - 271,5	Fe - 10,57	I - 314,55
К - 1 034,66	Mg - 241,87	Na - 2 976,5	P - 566,4

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова И.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КД "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 16.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№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
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>540</b>	<b>587</b>
<b>Обед</b>			
№Акт Салат Степной		60	60
№355 Солянка по домашнему с филе кур	10/10/200/5/1		101
№270 Котлеты из птицы "Московские"		100	167
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		150	137
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>806</b>	<b>772</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 346</b>	<b>1 358</b>

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витD - 8,99	Витамины в миллиграммах	витВ1 - 0,65
45,29	49,96	185,19	витВ2 - 0,7	вита - 1 244,7	витЕ - 0,36
Минеральные вещества в миллиграммах			I - 216,37	витС - 41,21	
Ca - 224,56	F - 153,05	Fe - 8,9	P - 509,46		
K - 1 385,61	Mg - 138,29	Na - 2 345,85			

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 (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 17.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№52 Салат из свеклы отварной		60	56
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>505</b>	<b>542</b>
<b>Обед</b>			
№49 Салат "Витаминный"		60	93
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№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
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>771</b>	<b>845</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 276</b>	<b>1 387</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2	вита А - 783,56	витВ1 - 0,88
49,35	35,71	190,81	витВ2 - 0,85	вита Е - 0,36	витС - 27,06

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 294,54	F - 339,5	Fe - 12,06	I - 288,19
K - 2 073,51	Mg - 216,74	Na - 2 942,06	P - 658,26

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г