

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



**М Е Н Ю**

на 18.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№209 Яйцо вареное		60	95
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
№382 Какао с молоком.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>505</b>	<b>561</b>
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		60	75
№102 Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	119
№301 Кнели куриные с соусом		100	135
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>771</b>	<b>676</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 276</b>	<b>1 237</b>

**Для всего меню**

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 3,25	Витамины в миллиграммах
48,07	48,15	158,46	витB2 - 1,11	вита А - 457,26
				витаЕ - 0,36
				витаВ1 - 0,51
				витаС - 9,23
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>				
Са - 412,49	F - 252,93	Fe - 8,25	I - 249,65	
К - 1 101,86	Mg - 160,58	Na - 2 551,18	P - 671,64	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



**МЕНЮ**

на 19.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>555</b>	<b>579</b>
<b>Обед</b>			
№57 Салат из редьки		60	47
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№348 Компот из кураги. + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>776</b>	<b>840</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 331</b>	<b>1 419</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	вита А	витВ1
38,35	43,78	190,64	10,79	376,3	0,85
			витВ2 - 1	витРР - 0,15	витС - 44,78
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 325,42	F - 497,62	Fe - 12,31	I - 387,86		
K - 2 157,02	Mg - 281,35	Na - 3 118,97	P - 721,1		

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)



МЕНЮ

на 22.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>540</b>	<b>829</b>
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№388 Уха рыбацкая		15/200/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>786</b>	<b>924</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 326</b>	<b>1 753</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2,01	вита - 238,41	витВ1 - 0,6
40,84	76,38	228,94	витВ2 - 0,55	вите - 0,36	витС - 19,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 183,48	F - 167,37	Fe - 9,09	I - 214,97		
К - 948,64	Mg - 113,56	Na - 2 088,41	P - 584,3		

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)

МЕНЮ

на 24.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№62 Салат из моркови с сахаром		60	49
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	521
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	770	882
Всего:	179,01	1 314	1 403

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 1,02	витА - 1 627,25
40,73	44,78	193,84	витB2 - 0,69	витB1 - 0,81
Минеральные вещества в миллиграммах			витE - 0,37	витC - 14,09
Ca - 185,36	F - 120,89	Fe - 11,33	I - 204,27	
K - 1 199,08	Mg - 241,76	Na - 2 091,86	P - 582,19	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.