

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



МЕНЮ

на 25.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшеница		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	74,58	505	656
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
№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	Жиры	Углеводы	ВитD - 0,75	Витамины в миллиграммах
44,87	45,12	178,11		вита А - 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 "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 26.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
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
№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

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 19,23	витA - 699,11
34,1	26,86	187,6	витB2 - 0,81	витB1 - 0,46
				витE - 0,01
				витC - 46,29
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 361,84	F - 520,12	Fe - 7,49	I - 303,23	
K - 1 866,83	Mg - 160,68	Na - 2 248,03	P - 598,33	

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 29.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Итого:	74,58	544	644
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:	104,43	726	746
Всего:	179,01	1 270	1 390

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	витPP - 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 Л.Г.

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



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 30.01.2024

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:	74,58	540	587
Обед			
№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
Итого:	104,43	806	772
Всего:	179,01	1 346	1 358

Для всего меню

В граммах
 Белки 45,29 Жиры 49,96 Углеводы 185,19

витD - 8,99
 витB2 - 0,7

Витамины в миллиграммах
 ВИТА - 1 244,7 витB1 - 0,65
 ВИТЕ - 0,36 витC - 41,21

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 224,56 F - 153,05 Fe - 8,9 I - 216,37
 К - 1 385,61 Mg - 138,29 Na - 2 345,85 P - 509,46

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 31.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Итого:	74,58	505	542
Обед			
№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
Итого:	104,43	771	845
Всего:	179,01	1 276	1 387

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2	витA - 783,56	витB1 - 0,88
49,35	35,71	190,81	витB2 - 0,85	витE - 0,36	витC - 27,06

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 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