

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



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 13.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом.		100	179
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	783
Обед			
№75 Икра морковная		60	69
№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
Итого:	104,43	786	957
Всего:	179,01	1 326	1 740

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
42,12	76,02	216,88	витА - 953,42
			витВ1 - 0,46
			витВ2 - 0,55
			витС - 15,94
			витЕ - 0,72
			витD - 0,5
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 193,86	K - 888,17	Ca - 180,19	Mg - 129,49
P - 578,43	Fe - 9,35	I - 230,01	Se - 39,61

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КД "Здоровье и Сыт"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 14.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		60	60
№291 Плов из птицы		200	305
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	74,58	505	658
Обед			
№52 Салат из свеклы отварной		60	56
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	150
№272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соус		250	497
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	781	983
Всего:	179,01	1 286	1 641

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
49,43	56,77	215,03	ВИТА - 571
			витВ1 - 0,57
			витВ2 - 0,7
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 750,52	K - 732,71	Ca - 230,25	Mg - 110,26
P - 457,04	Fe - 6,97	I - 244,86	Se - 20,96

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 15.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	512
Обед			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№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	865
Всего:	179,01	1 314	1 377

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 1 625,29	витВ1 - 0,68	витВ2 - 0,69
42,24	41,88	196,3	витС - 14,4	витЕ - 0,37	витD - 1,01
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 383,86	K - 1 315,18	Ca - 201,36	Mg - 250,12		
P - 573,02	Fe - 11,16	I - 239,81	Se - 21,48		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 16.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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	108
Итого:	74,58	505	664
Обед			
№57 Салат из редьки		60	47
№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	108
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	736	693
Всего:	179,01	1 241	1 357

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 266,49	витаВ1 - 0,68	витаВ2 - 1,01
45,38	45,71	180,43	витаС - 45,23	витаРР - 0,15	витаD - 0,75
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 635,38	K - 1 704,02	Ca - 549,05	Mg - 187,5		
P - 705,37	Fe - 8,42	I - 246,25	Se - 32,57		

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 17.05.2024

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			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№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
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	776	615
Всего:	179,01	1 316	1 216

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 665,09	витВ1 - 0,48	витВ2 - 0,82
33,83	28,55	198,77	витС - 172,57	витЕ - 0,38	витD - 19,23
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 244,03	K - 1 756,93	Ca - 365,93	Mg - 162,84		
P - 610,53	Fe - 7,82	I - 301,95	Se - 25,28		

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 20.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки		60	47
№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	648
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	1 394

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
46,19	42,06	194,03	- 469,88	- 0,55	- 0,68
			витС - 35,82	витРР - 0,15	витЕ - 0,92

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 975,54	K - 1 061,95	Ca - 233,48	Mg - 239,17
P - 563,72	Fe - 10,6	I - 314,05	Se - 28,71

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО КДП "Здоровый Сыт"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 21.05.2024

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			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 1 244,7	витВ1 - 0,65	витВ2 - 0,7
45,29	49,96	185,19	витС - 41,21	витЕ - 0,36	витD - 8,99

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 345,85	K - 1 385,61	Ca - 224,56	Mg - 138,29
P - 509,46	Fe - 8,9	I - 216,37	Se - 18,12

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 22.05.2024

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			
№ПР Печенье		60	260
№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	1 012
Всего:	179,01	1 276	1 555

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
52,29	39,06	222,15	- 603,05	- 0,92	- 0,84
			витС - 23,07	витЕ - 0,36	витD - 2

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 938,51	K - 2 009,44	Ca - 296,43	Mg - 220,93
P - 695,25	Fe - 13,08	I - 287,19	Se - 38,66

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 23.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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	108
Итого:	74,58	505	569
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№116/АКТ Суп-харчо с филе и зеленью		15/200/1	115
№301 Кнели куриные с соусом		100	135
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	729
Всего:	179,01	1 291	1 297

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 383,31	витВ1 - 0,57	витВ2 - 1,12
47,22	50,02	170,18	витС - 135,69	витЕ - 0,7	витD - 3,25
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 646,45	K - 917,25	Ca - 393,17	Mg - 160,28		
P - 700,88	Fe - 8,63	I - 258,61	Se - 49,38		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"
 ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 24.05.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№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
Итого:	74,58	555	570
Обед			
№57 Салат из редьки		60	47
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной за		200/5/1	91
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№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	776	823
Всего:	179,01	1 331	1 394

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 391,38	витВ1 - 0,72	витВ2 - 0,97
39,41	42,58	189,49	витС - 40,99	витРР - 0,15	витЕ - 0,03
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 405,93	K - 2 108,76	Ca - 327,01	Mg - 287,02		
P - 718,47	Fe - 12,12	I - 422,43	Se - 34,72		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.