

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 09.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом		60	319
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом		100	179
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		180	220
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	896
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		100	60
№388 Уха рыбацкая		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	202
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	982
Всего:	208,21	1 480	1 878

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 256,11	витВ1 - 0,49	витВ2 - 0,55
45,35	76,53	248,93	витС - 26,52	витЕ - 0,76	витD - 0,85
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 391,33	K - 1 002,75	Ca - 208,73	Mg - 134,31		
P - 582,43	Fe - 9,59	I - 253,63	Se - 46,43		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

На 10.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		100	64
№291 Плов из птицы		250	382
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	580	645
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		100	65
№99 Суп из овощей со сметаной и зеленью.		250/5/1	105
№272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соус		250	497
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	866	899
Всего:	208,21	1 446	1 544

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА -	витВ1 -	витВ2 -
49,3	57,29	205,2	1 650,63	0,55	0,59
			витС - 40,19	витЕ - 0,05	витD - 8,76
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 571,52	K - 779,87	Ca - 200,52	Mg - 128,78		
P - 435,55	Fe - 6,53	I - 265,72	Se - 19,16		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
 Калькулятор _____ Фролова Л.Г.



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 классы)



М Е Н Ю на 11.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшениая		250/5	371
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	86,75	550	719
Обед			
№52 Салат из свеклы отварной		100	93
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	150
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№348 Компот из кураги. + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	901	977
Всего:	208,21	1 451	1 696

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витВ1 -	витВ2 -
55,63	55,96	240,02	256,09	0,86	0,98
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 776,59	K - 1 303,65	Ca - 684,13	Mg - 255,94		
P - 796,56	Fe - 11,6	I - 261,52	Se - 28,46		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДГ ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 12.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		100	100
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	202
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:	86,75	620	658
Обед			
№75 Икра морковная		100	115
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		250	104
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	890	669
Всего:	208,21	1 510	1 327

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 1	витВ1 - 0,6	витВ2 - 0,74
42,48	44,35	185,71	витаС - 28,72	витЕ - 0,37	витD - 12,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 844,44	K - 1 661,44	Ca - 227,89	Mg - 168,49		
P - 566,26	Fe - 7,49	I - 358,83	Se - 25,01		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Рысайкино (многолетние 5-11 класс)

МЕНЮ на 13.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		200/30	393
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	560	614
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	117
№259 Жаркое из птицы		250	317
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	866	776
Всего:	208,21	1 426	1 390

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 474,31	витВ1 - 0,5	витВ2 - 0,84
38,19	38,14	208,65	витС - 45,43	витЕ - 0,01	витD - 0,65
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 592,99	K - 2 006,36	Ca - 356,5	Mg - 156,36		
P - 581,99	Fe - 9,09	I - 261,51	Se - 30,59		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)
 Калькулятор _____ Фролова Л.Г