

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО ЖДП "Здоров и Сыт"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 16.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Круассан		60	221
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл		180	293
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	871
Обед			
№ПР Икра кабачковая		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью		250/5/1	97
№291 Плов из птицы		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	866	892
Всего:	208,21	1 440	1 764

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 341,38	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,59
57,07	57,99	241,72	витС - 33,12	витРР - 0,03	витЕ - 1,12
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 570,74	K - 819,79	Ca - 204,79	Mg - 187,33		
P - 489,2	Fe - 8,71	I - 218,47	Se - 24,1		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 17.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью		100	85
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	551
Обед			
№67 Винегрет овощной		100	125
№116/АКТ Суп-харчо с филе и зеленью		15/250/1	115
№301 Кнели куриные с соусом		100	135
№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	839
Всего:	208,21	1 516	1 389

Для всего меню

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
39,93	53,47	185,21

	Витамины в миллиграммах	
ВИТА - 292,06	витВ1 - 0,52	витВ2 - 0,7
ВИТС - 33,96	витЕ - 0,36	витD - 10,64

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 583,66	K - 1 694,9	Ca - 265,74	Mg - 147,06
P - 566,49	Fe - 8,19	I - 446,65	Se - 33,55

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КП "ЗДОРОВИ СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 18.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		250/5	309
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:	86,75	550	604
Обед			
№Акт Салат Степной:		100	100
№355 Солянка по домашнему с филе кур		10/10/250/5/1	115
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	292
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	916	921
Всего:	208,21	1 466	1 526

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 358,1	витВ1 - 0,99	витВ2 - 1,18
61,2	51,44	203,64	витС - 12,66	витЕ - 0,36	витD - 4,67
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 439,64	K - 1 833,55	Ca - 476,08	Mg - 272,32		
P - 928,83	Fe - 13,32	I - 217,9	Se - 64,3		

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 19.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		100	104
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	655
Обед			
№62 Салат из моркови (припуц.) с сахаром		100	82
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты из птицы "Московские"		100	167
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	891	839
Всего:	208,21	1 501	1 494

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
51,64	47,34	213,71	витА - 1 476,03	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,62
			витС - 29,45	витЕ - 0,36	витD - 8,92
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 536,96	K - 1 066,42	Ca - 200,7	Mg - 185,92		
P - 521,73	Fe - 10,24	I - 267,23	Se - 14,93		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "АДП «ЗДОРОВЬЕ И СЫТ»"



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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 20.09.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		250	279
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	580	500
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		100	65
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	896	852
Всего:	208,21	1 476	1 352

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
40,27	42,69	186,79	витА - 784,59 витВ1 - 0,45 витВ2 - 0,67 витС - 34,87 витЕ - 0,05 витD - 0,42
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 453,2	K - 1 673,41	Ca - 223,47	Mg - 159,05
P - 490,14	Fe - 9,56	I - 253,6	Se - 25,49

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г