

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

МЕНЮ

на 10.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№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*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		620	658
Всего:	86,75	620	658

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 235,66	витВ1 - 0,24	витВ2 - 0,16
19,2	20,32	92,74	витС - 5,71	витЕ - 0,37	витD - 1,69
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 045,21	K - 321,56	Ca - 86,15	Mg - 45,66		
P - 187,07	Fe - 2,9	I - 92,8	Se - 2,61		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)



**МЕНЮ**

на 11.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко*		100	47
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№139 Капуста тушеная.,		180	139
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	509
<b>Витаминация</b>			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
Всего:	106,56	810	637

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
13,06	23,18	88,44	- 82,45	- 0,12	- 0,19
			витС - 45,71	витЕ - 0,36	витD - 0,09
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 780,31	K - 774,22	Ca - 142,23	Mg - 59,9		
P - 182,59	Fe - 5,48	I - 78,45	Se - 17,31		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5, 11 класс)



МЕНЮ

на 14.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№209 Яйцо вареное **		60	88
№143/759 Колбаса отварная с соусом.*		100	110
№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	669
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
Всего:	106,56	774	701
<b>Для всего меню</b>			
Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах
21,64	Жиры	87,62	витА - 111,77
	20,85		витВ1 - 0,34
			витВ2 - 0,42
			витС - 1,76
			витЕ - 0,36
			витD - 3,16
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>			
Na - 802,02	K - 266,51	Ca - 88,31	Mg - 107,02
P - 338,35	Fe - 6,13	I - 83,23	Se - 20,33

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



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

**М Е Н Ю**

на 15.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	179
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:		610	579
Всего:	86,75	610	579

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 236,52	витВ1 - 0,27	витВ2 - 0,31
15,77	20,41	72,01	витС - 26,81	витЕ - 0,37	витD - 0,18
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 460,93	K - 985,6	Ca - 121,6	Mg - 65,28		
P - 206,31	Fe - 3,64	I - 159,46	Se - 14,1		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



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

**МЕНЮ**

на 16.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№2 Бутерброд с повидлом**		60	160
№181 Каша молочная манная с м/сливочным..		250/5	337
№382 Какао с молоком..		200	119
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>	<b>550</b>	<b>698</b>
<b>Витаминизация</b>			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
<b>Итого:</b>	<b>19,81</b>	<b>200</b>	<b>88</b>
<b>Всего:</b>	<b>106,56</b>	<b>750</b>	<b>786</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА -	витВ1 -	витВ2 -
19,82	23	121,08	127,07	0,24	0,4
			витС - 131,74	витЕ - 0,38	витD - 0,18
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Na - 548,3	K - 364,38	Ca - 275,23	Mg - 75,28		
P - 294,78	Fe - 3,54	I - 52,16	Se - 5,66		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.