

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "СП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 03.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны отварные		150	168
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	580
Обед			
№62 Салат из моркови с сахаром		60	49
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№270 Котлеты из птицы "Московские"		100	167
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	771	734
Всего:	179,01	1 311	1 314

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
47,31	42,14	185,89	витА - 1 433,07	витВ1 - 0,73	витВ2 - 0,64
			витС - 26,63	витЕ - 0,36	витD - 8,9
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 525,29	K - 986,6	Ca - 214,5	Mg - 221,77		
P - 567,76	Fe - 11,09	I - 265,4	Se - 16,01		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

М Е Н Ю

на 04.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	74,58	545	534
Витаминация			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	776	798
Всего:	198,82	1 521	1 460

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 828,82	ВИТВ1 - 0,56	ВИТВ2 - 0,83
38,66	37,24	215,16	ВИТС - 38,75	ВИТЕ - 0,01	ВИТD - 0,57

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 235,59	K - 1 755,73	Ca - 234,96	Mg - 166,82
P - 522,56	Fe - 10,59	I - 199,05	Se - 28,54

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДТ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 07.10.2024

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
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	787
Витаминизация			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№388/625 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		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	924
Всего:	198,82	1 530	1 743

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
42,63	73,71	222,61	витА - 175,24	витВ1 - 0,43	витВ2 - 0,54
			витС - 19,95	витЕ - 0,72	витD - 0,85

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 190,28	K - 916,68	Ca - 187,04	Mg - 117,31
P - 560,94	Fe - 9,19	I - 229,02	Se - 43,67

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 08.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№291 Плов из птицы		200	305
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:	74,58	500	571
Обед			
№67 Винегрет овощной		60	75
№99 Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
№272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соусе		250	497
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	796	960
Всего:	179,01	1 296	1 531

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
46,02	53,13	206,29	- 1 771,18	- 0,57	- 0,72

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 586,55	K - 906,03	Ca - 201,31	Mg - 130,5
P - 435,64	Fe - 6,79	I - 246,13	Se - 22,91

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ДП "ЗДОРОВ ИСЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 09.10.2024

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		35	89
Итого:	74,58	500	644
Витаминизация			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
Обед			
№ПР Зеленый горошек, кукуруза порционно		60	23
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	150
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	781	858
Всего:	198,82	1 481	1 591

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 354,97	витВ1 - 0,97	витВ2 - 1,02
52,17	46,55	237,9	витС - 137,02	витЕ - 0,35	витD - 0,81
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 862,84	K - 1 163,96	Ca - 621,65	Mg - 292,72		
P - 851,14	Fe - 12,56	I - 150,83	Se - 29,19		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г