

СЕРЖДАЮ
 КОЖДИ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ



"СОГЛАСОВАНО"

№ школы: №

Многодетные 5-11 класс

МЕНЮ

10.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Квал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		100	51
№291 Плов из птицы		260	382
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	86,75	590	680
Обед			
№75 Икра морковная		100	253
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной за.		250/5/1	114
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	169
№АКТ Компот из свежемороженных ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	896	816
Всего:	208,21	1 486	1 496

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,73	51,37	205,38	витА - 1 930,56	витВ1 - 0,48	витВ2 - 0,8

Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 230,83	K - 1 675,84	Ca - 272,78	Mg - 182,55		
P - 579,28	Fe - 7,05	I - 403,3	Se - 30,53		

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

Директор
ООО "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ



"СОГЛАСОВАНО"
Школы №

(многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшениная		250/5	360
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	86,75	555	680
Витаминизация			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
Обед			
№67 Винегрет овощной		100	125
№99 Суп из овощей с зеленью		250/1	105
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	359
№389 Соус фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	121,46	881	904
Всего:	228,02	1 636	1 672

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
50,25	53,9	234,66	609,21	0,83	1,06
			витС	витЕ	витD
			148,3	0,34	0,86
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 534,17	K - 1 181,27	Ca - 534,61	Mg - 167,99		
P - 686,51	Fe - 8,43	I - 189,84	Se - 26,98		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

М Е Н Ю

на 07.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		250	279
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	580	529
Обед			
№ПР Зеленый горошек, кукуруза порционно		60	23
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	140
№295 Шницель из филе птицы с соусом		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	121,46	881	935
Всего:	208,21	1 461	1 465

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 639,5	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,89
52,31	46,19	211,51	витС - 22,52	витЕ - 0,01	витD - 2,13
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 087,3	K - 1 663,98	Ca - 209,35	Mg - 209,02		
P - 581,48	Fe - 11,76	I - 177,15	Se - 31,53		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 08.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		100	64
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		180	172
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	549
Витаминизация			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью		100	85
№96/Акт Рассольник Ленинградский с зеленью		250/1	133
№259 Жаркое из птицы		250	317
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	861	816
Всего:	228,02	1 671	1 493

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 1	ВИТВ1 - 0,57	ВИТВ2 - 0,67
46,56	49,11	224,77	1 400,37	0,37	0,4
			ВИТС - 52,82		

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 487,75	K - 1 862,51	Ca - 249,82	Mg - 158,14
P - 503,96	Fe - 8,42	I - 255,51	Se - 27,65

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДБ" "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 11.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом		60	110
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл		180	249
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	717
Витаминация			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
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		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	866	892
Всего:	228,02	1 640	1 641

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 341,68	витВ1 - 0,54	витВ2 - 0,59
50,21	56,45	206,52	ВИТС - 33,75	витPP - 0,03	ВИТЕ - 1,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 570,69	K - 817,32	Ca - 227,49	Mg - 210,09
P - 552,71	Fe - 10,24	I - 218,42	Se - 24,09

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 12.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	592
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	172
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	809
Всего:	208,21	1 516	1 400

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 480,34	витВ1 - 0,56	витВ2 - 0,68
45,82	47,84	186,53	витС - 35,06	витЕ - 0,73	витD - 0,52
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 506,03	K - 1 536,67	Ca - 215,63	Mg - 128,37		
P - 471,17	Fe - 8,58	I - 353,7	Se - 28,51		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ВПК "Здоровье и СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 13.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	88
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	293
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:	86,75	550	582
Витаминизация			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№355 Солянка по домашнему с филе кур		10/10/250/1	108
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	911	844
Всего:	228,02	1 661	1 514

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
54,47	51,18	217,97	витА - 441,69	витВ1 - 0,89	витВ2 - 1,17
			витС - 142,65	витЕ - 0,7	витD - 4,67
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 433,74	K - 1 746,27	Ca - 469,93	Mg - 230,61		
P - 826,98	Fe - 12,53	I - 215,18	Se - 53,1		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г