

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДР "Здоровый СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 21.11.2024

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 "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

М Е Н Ю

на 22.11.2024

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 -	витВ1 -	витВ2 -
46,56	49,11	224,77	1 400,37	0,57	0,67
			витС - 52,82	витЕ - 0,37	витD - 0,4

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 "КП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.11.2024

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	витВ1	витВ2
45,82	47,84	186,53	- 480,34	- 0,56	- 0,68
			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 КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 классы)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 27.11.2024

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 И.А. (Куликова И.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ЦДР "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)



М Е Н Ю

на 28.11.2024

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	172
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	625
Обед			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром		100	98
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты из птицы "Московские"		100	167
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл		180	249
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	891	812
Всего:	208,21	1 501	1 437

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
54,55	49,14	203,36	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 "КДР "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



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



МЕНЮ

на 29.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		250	279
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	580	513
Витаминизация			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервирован.		100	92
№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		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	896	880
Всего:	228,02	1 676	1 521

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 857,7	витВ1 - 0,54	витВ2 - 0,68
47,87	46,66	226,46	витС - 41,87	витЕ - 0,02	витD - 0,42

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 986,21	K - 1 715,04	Ca - 223,65	Mg - 167,53
P - 515,67	Fe - 10,56	I - 197,55	Se - 25,55

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г