



Соскова К.Ю.  
ГБОУ СОШ



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

(083)

МЕНЮ

1.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№Акт Салат Степной		60	60
№291 Плов из птицы		200	289
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	74,58	500	586
<b>Обед</b>			
№75 Икра морковная		60	89
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№229 Рыба, тушеная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с маслом		150	137
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	806	722
Всего:	179,01	1 306	1 308

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
42,79	43,14	181,09	1 930,56	0,53	0,94

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 391,63	K - 1 718,94	Ca - 287,28	Mg - 190,05
P - 608,09	Fe - 7,66	I - 403,94	Se - 34,82

Зав. производством Куликова Л.А.  
 Калькулятор Фролова Л.Г.



Соскова К Ю  
ГБОУ СОШ



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № \_\_\_\_\_

(083)

МЕНЮ

2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Квал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшениая		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№11Р Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	74,66	500	588
<b>Витаминизация</b>			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
<b>Обед</b>			
№87 Вилегрет овощной		60	75
№99 Суп из овощей с зеленью		200/1	74
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	369
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№11Р Хлеб пшеничный		40	118
№11Р Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	791	823
Всего:	198,82	1 491	1 498

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 528,35	витВ1 - 0,93	витВ2 - 1,05
44,84	47,68	215,88	витС - 146,59	витЕ - 0,34	витD - 0,86

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 353,41	K - 1 006,03	Ca - 610,79	Mg - 170,25
P - 676,44	Fe - 9,2	I - 188,75	Se - 26,89

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 07.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	74,58	540	511
<b>Обед</b>			
№ПР Зеленый горошек, кукуруза порционно		60	23
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	97
№295 Шницель из филе птицы с соусом		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	211
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	781	773
Всего:	179,01	1 321	1 284

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА -	витВ1 -	витВ2 -
45,31	40,6	190,66	637,12	0,72	0,85
			витС - 22,48	витЕ - 0,01	витD - 2,04

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 732,55	K - 1 722,43	Ca - 204,05	Mg - 250,07
P - 633,21	Fe - 12,89	I - 142,71	Se - 29,76

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "Детский сад "Здоровье и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 08.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	519
<b>Витаминизация</b>			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	51
№96 Рассольник Ленинградский с зеленью		200/1	91
№259 Жаркое из птицы		200	306
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	721	729
Всего:	198,82	1 461	1 376

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА -	витВ1 -	витВ2 -
39,61	40,38	203,25	1 358,87	0,52	0,63
			витС - 42,47	витЕ - 0,37	витD - 0,4

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 971,48	K - 1 560,5	Ca - 223,34	Mg - 141,32
P - 463,69	Fe - 7,75	I - 194,46	Se - 24,63

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО КД "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 11.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№2 Бутерброд с повидлом		60	110
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	211
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	678
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№291 Плов из птицы		200	289
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	726	729
Всего:	198,82	1 470	1 440

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 470,18	витВ1 - 0,62	витВ2 - 0,66
45,08	50,68	192,57	витС - 21,42	витЕ - 0,95	витD - 0,77

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 380,29	K - 868,55	Ca - 230,22	Mg - 249,6
P - 609,59	Fe - 11,43	I - 243,44	Se - 28,67

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КАД ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

№ 12.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	179
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		150	137
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	74,58	550	573
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		60	75
№116/АКТ Суп-харчо с филе и зеленью		10/200/1	110
№301 Кнели куриные с соусом		100	135
№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	781	750
Всего:	179,01	1 331	1 323

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 318,91	ВИТВ1 - 0,57	ВИТВ2 - 0,78
39,26	41,86	174,93	ВИТС - 27,42	ВИТЕ - 0,73	ВИТD - 0,64
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Na - 3 323,82	K - 1 392,56	Ca - 210,28	Mg - 120,31		
P - 469,87	Fe - 8,5	I - 329,28	Se - 28,06		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ИДЛ ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 13.11.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№209 Яйцо вареное		60	88
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		200/5	201
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	74,58	505	526
<b>Витаминизация</b>			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
<b>Обед</b>			
№Акт Салат Степной		60	60
№355 Солянка по домашнему с филе кур		10/10/200/1	94
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№199 Пюре из бобовых с м/растит		150	185
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	791	753
Всего:	198,82	1 496	1 367

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 441,3	витВ1 - 0,81	витВ2 - 1,17
48,9	42,33	196,34	витС - 141,51	витЕ - 0,7	витD - 4,68
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Na - 2 282,88	K - 1 620,56	Ca - 455,87	Mg - 217,45		
P - 789,07	Fe - 11,74	I - 196,79	Se - 51,99		

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Фролова Л.Г