

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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

МЕНЮ на 19.12.2024

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			
№57 Салат из редьки		100	88
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	140
№295 Шницель из 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	921	1 000
Всего:	208,21	1 501	1 529

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,91
52,97	52,11	214,21	витС - 46,2	витРР - 0,24
Минеральные вещества в миллиграммах				
Na - 2 097,7	K - 1 949,58	Ca - 238,63	Mg - 222,24	
P - 585,03	Fe - 12,52	I - 177,15	Se - 31,53	

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

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО ЧДП "ЗДОРОВИ СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

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

МЕНЮ на 20.12.2024

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 - 1 400,37	витВ1 - 0,57	витВ2 - 0,67
46,56	49,11	224,77	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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

[Handwritten signature]

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 23.12.2024

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
Витаминизация			
№АКТ Компот из свежзамороженных 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

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
50,21	56,45	206,52	ВИТА - 341,68	витВ1 - 0,54	витВ2 - 0,59
			ВИТС - 44,55	витРР - 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 "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

И.И. Игнатьев
г. Рысайкино



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многолетние 5-11 класс)

М Е Н Ю

на 24.12.2024

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

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,82	47,84	186,53	вита А - 480,34	витаВ1 - 0,56	витаВ2 - 0,68
			витаС - 35,06	витаЕ - 0,73	витаD - 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 "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



М Е Н Ю

на 25.12.2024

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	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
54,47	Жиры	217,97	витА - 441,69	витВ1 - 0,89	витВ2 - 1,17
	51,18		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.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Для
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 26.12.2024

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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	вита	витB1
54,55	49,14	203,36	8,92	1 476,03	0,66
			витB2	витE	витC
			0,62	0,36	29,45
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 200,7	F - 129,09	Fe - 10,24	I - 267,23		
K - 1 066,42	Mg - 185,92	Na - 2 536,96	P - 521,73		

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

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 27.12.2024

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 зел		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	витD - 0,42	витА - 857,7	витВ1 - 0,54
47,87	46,66	226,46	витВ2 - 0,68	витЕ - 0,02	витС - 41,87

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 223,65	F - 328,77	Fe - 10,56	I - 197,55
K - 1 715,04	Mg - 167,53	Na - 1 986,21	P - 515,67

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