

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье		60	110
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	636
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	190
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	818
Всего:	198,82	1 530	1 486

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
48,21	50,68	199,48	ВИТА - 162,61 ВИТС - 19,95
			ВИТВ1 - 0,81 ВИТЕ - 0,72 ВИТВ2 - 0,6 ВИТD - 0,78
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 204,06	K - 1 372,76	Ca - 243,25	Mg - 168,02
P - 630,5	Fe - 12,72	I - 232,29	Se - 35,79

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г

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

Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 03.12.2024

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
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>500</b>	<b>586</b>
<b>Обед</b>			
№75 Икра морковная		60	69
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		150	137
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>806</b>	<b>722</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 306</b>	<b>1 308</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витаВ1 -	витаВ2 -
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

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 04.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшеница		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	74,58	500	588
<b>Витаминизация</b>			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		60	75
№99 Суп из овощей с зеленью		200/1	74
№272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соусе		250	497
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	791	960
Всего:	198,82	1 491	1 635

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
44,84	62,22	215,88	528,35	0,93	1,05
			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 "КД" "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 05.12.2024

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>			
№57 Салат из редьки		60	47
№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	796
Всего:	179,01	1 321	1 307

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,3		44,08	190,83	витА - 621,52	витВ1 - 0,71	витВ2 - 0,87
				витС - 34,99	витРР - 0,15	витD - 2,04
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 327,75	K - 1 913,36	Ca - 217,61	Mg - 256			
P - 630,25	Fe - 13,26	I - 213,27	Se - 29,79			

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 № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 06.12.2024

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
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>540</b>	<b>519</b>
<b>Витаминация</b>			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
<b>Итого:</b>	<b>19,81</b>	<b>200</b>	<b>128</b>
<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
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>721</b>	<b>729</b>
<b>Всего:</b>	<b>198,82</b>	<b>1 461</b>	<b>1 376</b>

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
			ВИТC - 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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 09.12.2024

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>Витаминизация</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	витВ1	витВ2
45,08	50,68	192,57	- 470,18	- 0,62	- 0,66
			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"  
 Ответственный за  
 Директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 10.12.2024

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 А -	витВ1 -	витВ2 -
39,26	41,86	174,93	318,91	0,57	0,78
			витС - 27,42	витЕ - 0,73	витD - 0,64

Минеральные вещества в миллиграммах

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 "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 11.12.2024

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

Минеральные вещества в миллиграммах

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



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**МЕНЮ**

на 12.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макаaronные изделия отварные		150	168
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>540</b>	<b>580</b>
<b>Обед</b>			
№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	211
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>771</b>	<b>701</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 311</b>	<b>1 281</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 1	витВ1 - 0,73	витВ2 - 0,64
47,96	43,45	185,89	вита - 1 433,07	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 "КДП ЗДОРОВИ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

**М Е Н Ю**

на 13.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		45	133
Итого:	74,58	545	509
<b>Витаминизация</b>			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
<b>Обед</b>			
№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	1 435

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 828,82	витВ1 - 0,56	витВ2 - 0,83
42,08	40,67	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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 16.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье		60	110
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	636
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	190
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	818
Всего:	198,82	1 530	1 486

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,21	50,68	199,48	витА - 162,61	витВ1 - 0,81	витВ2 - 0,6
			витС - 30,75	витЕ - 0,72	витD - 0,78

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 204,06	K - 1 372,76	Ca - 243,25	Mg - 168,02
P - 630,5	Fe - 12,72	I - 232,29	Se - 35,79

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДГ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 17.12.2024

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	69
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зел		200/5/1	91
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		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 - 1 930,56	витВ1 - 0,53	витВ2 - 0,94
42,79	43,14	181,09			

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

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 18.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	74,58	500	588
<b>Витаминизация</b>			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№99 Суп из овощей с зеленью		200/1	74
№272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соус		250	497
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	791	960
Всего:	198,82	1 491	1 635

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА	витВ1	витВ2
44,84	62,22	215,88	528,35	0,93	1,05
			146,59	0,34	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