

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



Саскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 19.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Обед			
№57 Салат из редьки		60	47
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	97
№295 Шницель из 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	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 (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 20.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Витаминизация			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
Обед			
№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

Белки	В граммах			Витамины в миллиграммах		
39,61	Жиры	Углеводы		ВИТА - 1 358,87	витВ1 - 0,52	витВ2 - 0,63
	40,38	203,25		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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

ГБОУ СОШ

ИМ. Ф. Ш. Ш.

С. Рысайкино

Самарская область

Самарский район

с/пос. Рысайкино

д. 10

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
№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
Витаминация			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№88 Ци 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

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,08		50,68	192,57	ВИТА - 470,18	витВ1 - 0,62	витВ2 - 0,66
				ВИТС - 32,22	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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 24.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Обед			
№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	витВ1	витВ2
39,26	41,86	174,93	318,91	0,57	0,78
			27,42	0,73	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

Handwritten signatures in blue ink.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



МЕНЮ

на 25.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Витаминизация			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
Обед			
№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

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
48,9	Жиры	196,34	вита - 441,3	витВ1 - 0,81	витВ2 - 1,17
	42,33		витС - 141,51	витаЕ - 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 "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.12.2024

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

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 8,9	Витамины в миллиграммах	витА - 1 433,07	витВ1 - 0,73
47,96	43,45	185,89	витВ2 - 0,64	витЕ - 0,36	витС - 26,63	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 214,5	F - 123,52	Fe - 11,09	I - 265,4			
К - 986,6	Mg - 221,77	Na - 2 525,29	P - 567,76			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 27.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Витаминация			
№Акт Напиток фруктовый + С витамин		200	128
Итого:	19,81	200	128
Обед			
№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	витD - 0,57	вита - 828,82	витB1 - 0,56
42,08	40,67	215,16	витB2 - 0,83	витE - 0,01	витC - 38,75

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 234,96	F - 339,93	Fe - 10,59	I - 199,05
K - 1 755,73	Mg - 166,82	Na - 2 235,59	P - 522,56

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.