



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 09.01.2025

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:	78,68	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:	110,17	781	796
Всего:	188,85	1 321	1 307

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 2,04	витА - 621,52	витВ1 - 0,71
45,3	44,08	190,83	витВ2 - 0,87	витPP - 0,15	витС - 34,99
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 217,61	F - 338,78	Fe - 13,26	I - 213,27		
K - 1 913,36	Mg - 256	Na - 2 327,75	P - 630,25		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 10.01.2025

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:	78,68	540	519
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:	110,17	721	729
Всего:	188,85	1 261	1 248

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,4	вита А - 1 357,91	витВ1 - 0,51
39,27	40,25	172,35	витВ2 - 0,62	витаЕ - 0,37	витС - 34,79

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 217,17	F - 250,9	Fe - 7,42	I - 194,01
K - 1 509,17	Mg - 138,82	Na - 1 967,55	P - 459,78

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)

М Е Н Ю

на 13.01.2025

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:	78,68	544	678
Обед			
№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:	110,17	726	729
Всего:	188,85	1 270	1 408

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,77	вита - 470,18	витB1 - 0,62
44,41	50,38	184,89	витB2 - 0,66	витE - 0,95	витC - 21,42

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 229,92	F - 263,78	Fe - 11,38	I - 243,44
K - 868,55	Mg - 249,6	Na - 2 380,29	P - 609,59

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ДП ДОРОЖНИК-СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 14.01.2025

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:	78,68	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:	110,17	781	750
Всего:	188,85	1 331	1 323

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
39,26	41,86	174,93	витD - 0,64	вита - 318,91	витB1 - 0,57
			витB2 - 0,78	витаE - 0,73	витC - 27,42

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 210,28	F - 278,98	Fe - 8,5	I - 329,28
K - 1 392,56	Mg - 120,31	Na - 3 323,82	P - 469,87

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 15.01.2025

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:	78,68	505	526
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:	110,17	791	753
Всего:	188,85	1 296	1 279

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 4,68	вита - 354,5	витВ1 - 0,8
48,22	42,05	175,58	витВ2 - 1,14	витаЕ - 0,36	витС - 11,51

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 443,47	F - 235,03	Fe - 11,42	I - 196,79
К - 1 615,96	Mg - 214,25	Na - 2 281,28	P - 785,67

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г