

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс

МЕНЮ

на 13.03.2025

| Наименование блюда                            | Цена                    | Выход         | Ккал       |
|-----------------------------------------------|-------------------------|---------------|------------|
| <b>Завтрак</b>                                |                         |               |            |
| №ПР Икра кабачковая                           |                         |               |            |
| №268 Котлеты по-хлыновски из птицы с соусом   |                         | 100           | 134        |
| №202/309 Макароны изделия отварные            |                         | 100           | 157        |
| №883/Акт Кисель                               |                         | 180           | 172        |
| №ПР Хлеб пшеничный                            |                         | 200           | 119        |
| Итого:                                        | 91,52                   | 30            | 81         |
| <b>Обед</b>                                   |                         |               |            |
| №21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым |                         |               |            |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью   |                         | 100           | 59         |
| №289 Рагу овощное из птицы                    |                         | 250/1         | 118        |
| №АКТ Компот из свежемороженых ягод            |                         | 250           | 279        |
| №ПР Хлеб пшеничный                            |                         | 200           | 32         |
| №ПР Хлеб ржаной пшеничный                     |                         | 30            | 81         |
| Итого:                                        | 128,14                  | 30            | 67         |
| Всего:                                        | 219,66                  | 861           | 636        |
|                                               |                         | 1 471         | 1 299      |
| <b>Для всего меню</b>                         |                         |               |            |
| Белки                                         | В граммах               |               |            |
| 44,14                                         | Жиры                    |               |            |
|                                               | 44,98                   |               |            |
|                                               | Углеводы                |               |            |
|                                               | 183,09                  |               |            |
|                                               | Витамины в миллиграммах |               |            |
|                                               | витD - 8,83             |               |            |
|                                               | витA - 772,54           |               |            |
|                                               | витB1 - 0,63            |               |            |
| <b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>    |                         |               |            |
| Ca - 184,28                                   | F - 254,35              | Fe - 7,7      | I - 196,14 |
| K - 1 576,77                                  | Mg - 121,15             | Na - 2 773,73 | P - 461,35 |

Зав. производством

\_(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

МЕ Н Ю

на 14.03.2025

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |         |       |
| №338 Яблоко                                         |        | 100     | 47    |
| №188 Запеканка рисовая с творогом и с повидлом      |        | 180/30  | 354   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                     |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 30      | 81    |
| Итого:                                              | 91,52  | 540     | 583   |
| <b>Обед</b>                                         |        |         |       |
| №62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром            |        | 100     | 98    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе |        | 250/5/1 | 114   |
| №295 Шницель из птицы с соусом                      |        | 100     | 179   |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст                     |        | 180     | 260   |
| №348 Компот из кураги                               |        | 200     | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                            |        | 30      | 67    |
| Итого:                                              | 128,14 | 896     | 914   |
| Всего:                                              | 219,66 | 1 436   | 1 497 |

Для всего меню

|                                     |             |                         |                                |
|-------------------------------------|-------------|-------------------------|--------------------------------|
| В граммах                           |             | Витамины в миллиграммах |                                |
| Белки                               | Жиры        | Углеводы                |                                |
| 53,18                               | 46,09       | 230,56                  | витD - 0,67<br>витB2 - 0,98    |
|                                     |             |                         | ВИТА - 1 521,49<br>ВИТЕ - 0,01 |
|                                     |             |                         | витB1 - 0,93<br>витC - 17,84   |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |                         |                                |
| Ca - 521,8                          | F - 231,9   | Fe - 13,4               | I - 231,91                     |
| K - 2 028,36                        | Mg - 244,05 | Na - 2 275,22           | P - 806,73                     |

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

Калькулятор  Фролова Л.Г.

Самарская область  
ИПН 64-33841 СРН 1183730235

Директор школы № \_\_\_\_\_

Директор  
ГБОУ СОШ  
№ 11 Индустриала  
с. Рысьево

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

на 17.03.2025

Для всего меню

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.



Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"

Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

## М Е Н Ю

на 18.03.2025

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |         |       |
| №3 Бутерброд с сыром                                |        | 60      | 101   |
| №173 Каша вязкая молочная пшениная                  |        | 250/5   | 360   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                     |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 35      | 82    |
| Итого:                                              | 91,52  | 550     | 644   |
| <b>Обед</b>                                         |        |         |       |
| №21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым       |        | 100     | 59    |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью. |        | 250/5/1 | 97    |
| №229 Рыба, тушенная с овощами                       |        | 100     | 105   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч                   |        | 180     | 165   |
| №АКТ Компот из свежемороженых ягод                  |        | 200     | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 40      | 118   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                            |        | 40      | 110   |
| Итого:                                              | 128,14 | 916     | 686   |
| Всего:                                              | 219,66 | 1 466   | 1 330 |

### Для всего меню

| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| 44,44                               | 47,91       | 192,51        | витD - 11,12            | витA - 462,84 | витB1 - 0,74 |
|                                     |             |               | витB2 - 1,18            | витE - 0,75   | витPP - 0,03 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |               |              |
| Ca - 589,27                         | F - 516,57  | Fe - 8,22     | I - 235,37              |               |              |
| K - 1 594,77                        | Mg - 214,28 | Na - 2 541,99 | P - 802,65              |               |              |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"  
  
Сос

Директор школы №

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

на 19.03.2025

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |       |       |
| №338 Яблоко                                  |        | 100   | 47    |
| №291 Плов из птицы                           |        | 250   | 382   |
| №376 Чай с сахаром                           |        | 200   | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 40    | 118   |
| Итого:                                       | 91,52  | 590   | 653   |
| <b>Обед</b>                                  |        |       |       |
| №10 Салат из зеленого горошка консервирован. |        | 100   | 92    |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью  |        | 250/1 | 118   |
| №295/Акт Котлеты из птицы с соусом.          |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные.          |        | 180   | 172   |
| №348 Компот из кураги                        |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                     |        | 30    | 67    |
| Итого:                                       | 128,14 | 891   | 825   |
| Всего:                                       | 219,66 | 1 481 | 1 478 |

Для всего меню

|                                     |             |               |              |                 |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 0,54  | вита А - 643,54 | витВ1 - 0,58 |
| 48,51                               | 48,01       | 196,57        | витВ2 - 0,73 | витаЕ - 0,38    | витС - 24,22 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |              |                 |              |
| Са - 209,06                         | Ф - 296,13  | Fe - 10,71    | І - 279,21   |                 |              |
| К - 1 404,85                        | Mg - 155,87 | Na - 2 862,36 | P - 528,09   |                 |              |

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

Калькулятор Реш Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (Многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

МЕНЮ

на 20.03.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |       |       |
| №75 Икра морковная..                                  |        | 100   | 253   |
| №289 Рагу овощное из птицы..                          |        | 250   | 279   |
| №883/Акт Кисель*                                      |        | 200   | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 118   |
| Итого:                                                | 91,52  | 590   | 769   |
| <b>Обед</b>                                           |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной ,                                |        | 100   | 125   |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский с зеленью)           |        | 250/1 | 133   |
| №272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соус |        | 250   | 497   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200   | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб _ржано пшеничный*                            |        | 40    | 110   |
| Итого:                                                | 128,14 | 871   | 1 031 |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 461 | 1 800 |

Для всего меню

| Белки | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах                          |
|-------|------|----------|--------------------------------------------------|
| 52,2  | 67,8 | 230,5    | витD - 8,96<br>вита А - 1 826,97<br>витB1 - 0,71 |

Минеральные вещества в миллиграммах

|              |             |              |            |
|--------------|-------------|--------------|------------|
| Ca - 214,87  | F - 292,71  | Fe - 8,25    | I - 191,6  |
| K - 1 566,32 | Mg - 149,36 | Na - 2 533,4 | P - 499,93 |

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

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



ГБОУ СОШ Рысайкино (Многодетные 5-11 класс)



Директор школы №

на 21.03.2025

| Наименование блюда                                   | Цена   | Выход | Ккал  |
|------------------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                       |        |       |       |
| №62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром.,           |        | 100   | 98    |
| №243/759 Сосиски отварные с томатным соусом          |        | 100   | 149   |
| №202/309 Макароны изделия отварные. **               |        | 180   | 172   |
| №376 Чай с сахаром                                   |        | 200   | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                   |        | 40    | 118   |
| Итого:                                               | 91,52  | 620   | 644   |
| <b>Обед</b>                                          |        |       |       |
| №47/Акт Салат из квашеной капусты..                  |        | 100   | 35    |
| №102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью |        | 250/1 | 137   |
| №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:                                               | 128,14 | 861   | 769   |
| Всего:                                               | 219,66 | 1 481 | 1 413 |

|       |           |
|-------|-----------|
|       | В граммах |
| Белки | Жиры      |
| 44,11 | 48        |

Углеводы  
184.92

ВИТD - 0,52  
ВИТВ2 - 0,74

Витамины в миллиграммах  
 ВИТА - 1 415,06    ВИТВ1 - 0,58  
 ВИТЕ - 0,36        ВИТС - 27,41

Минеральные вещества в миллиграммах

|              |             |               |            |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 228,57  | F - 275,41  | Fe - 9,32     | I - 227,85 |
| K - 1 604,08 | Mg - 155,04 | Na - 2 331,42 | P - 548,99 |

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

### Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (Многодетные 5-11 класс)



МЕНЮ

на 31.03.2025

| 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. **         |        | 180      | 172   |
| №377 Чай с лимоном                             |        | 200/3,5  | 97    |
| №ПР Хлеб пшеничный                             |        | 30       | 81    |
| Итого:                                         | 91,52  | 574      | 640   |
| <b>Обед</b>                                    |        |          |       |
| №47/Акт Салат из квашеной капусты..            |        | 100      | 35    |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью** |        | 10/250/1 | 140   |
| №268 Котлеты по-хлыновски с соусом.*,,         |        | 100      | 157   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.           |        | 180      | 249   |
| №342 Компот из свежих яблок                    |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                             |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                       |        | 30       | 67    |
| Итого:                                         | 128,14 | 901      | 843   |
| Всего:                                         | 219,66 | 1 475    | 1 483 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 0,89             | вита - 133,35 | витB1 - 0,72 |
| 49,77                               | 52,11       | 205,37        | витB2 - 0,59            | вита - 0,36   | витC - 7,06  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |               |              |
| Ca - 141,05                         | F - 137,52  | Fe - 10,87    | I - 187,67              |               |              |
| K - 546,13                          | Mg - 154,31 | Na - 1 967,48 | P - 504,73              |               |              |

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

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна