

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 13.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№268 Котлеты по-хлыновски из птицы с соусом		100	157
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	605
Обед			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым		60	35
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	721	533
Всего:	188,86	1 261	1 139

Для всего меню

В граммах		Углеводы	Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры		витD - 8,83	вита - 705,27	витB1 - 0,63
36,39	40,58	158,19	витB2 - 0,62	витаE - 0,55	витC - 38,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 189,09	F - 248,75	Fe - 7,24	I - 195,33		
K - 1 225,15	Mg - 111,82	Na - 2 398,68	P - 443,12		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы №



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



МЕНЮ

на 14.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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:	78,68	540	583
Обед			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром		60	49
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	767
Всего:	188,86	1 316	1 349
Для всего меню			
В граммах	Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,67
43,62	39,56	215,24	витB2 - 0,97
			вита А - 1 521,34
			вита В1 - 0,86
			вита Е - 0,01
			вита С - 17,84
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 508,12	F - 228,76	Fe - 12,68	I - 213,78
К - 1 941,95	Mg - 232,86	Na - 2 125,13	P - 772,27

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы №

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

МЕНЮ

на 17.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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:	78,68	544	636
Обед			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		60	47
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	97
№268 Котлеты по-хлыновски из птицы с соусом		100	157
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	211
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	781	774
Всего:	188,86	1 325	1 410

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 0,88	Витамины в миллиграммах	вита А - 130,97	витВ1 - 0,81
45,39	50,57	200,54	витВ2 - 0,64	витаЕ - 0,36	витРР - 0,19	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 165,67	F - 144,47	Fe - 12,68	I - 153,39			
К - 727,71	Mg - 207,87	Na - 1 819,71	P - 587,51			

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 18.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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	82
Итого:	78,68	500	581
Обед			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым		60	35
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№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		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	110,17	796	619
Всего:	188,86	1 296	1 200

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
40,94		39,9	175,11	витD - 11,12
				вита А - 620,72
				витВ1 - 0,73
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 583,2	F - 530,5	Fe - 8,17	I - 294,83	
К - 1 837,05	Mg - 213,04	Na - 3 019,34	P - 798,8	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
ООО "КП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

МЕНЮ

На 19.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№291 Плов из птицы		200	289
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	540	560
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	771	760
Всего:	188,86	1 311	1 320

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,54	вита - 574,39	витB1 - 0,53
45,66	43,16	180,27	витB2 - 0,72	витаЕ - 0,37	витC - 19,72
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 197,58	F - 289,44	Fe - 10,01	I - 278,3		
K - 1 321,42	Mg - 143,83	Na - 2 861,19	P - 491,05		

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

Калькулятор Фролова Л.Г.

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

на 20.03.2025

1748

ВИТА - 1 705,75 ВИТВ1 - 0,71

P - 483,97

(Куликова Л.А.)

Пряникова Екатерина Александровна

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

на 21.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№62 Салат из моркови (припуц.) с сахаром.,		100	98
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	590	640
Обед			
№47/Акт Салат из квашеной капусты*,		60	47
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
№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	760
Всего:	188,86	1 311	1 401

Для всего меню

	В граммах		Витамины в миллиграммах
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,52 витА - 1 374,25 витВ1 - 0,53
41,27	46,57	175,68	витВ2 - 0,72 витЕ - 0,36 витРР - 0,19

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 239,24	F - 262,97	Fe - 8,96	I - 194,16
K - 1 473,82	Mg - 148,68	Na - 2 209,52	P - 527,13

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Пряникова Екатерина Александровна

Пряникова Екатерина Александровна