

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино(мобилизованные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 25.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№120 Суп молочный с вермишелью.		250/5	190
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	550	479
Обед			
№49 Салат "Витаминный"..		100	155
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты из птицы "Московские"		100	167
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№АКТ Компот из свежемороженой ягод*		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	869
Всего:	219,66	1 441	1 348

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 532,09	витВ1 - 0,77	витВ2 - 0,99
38,35	42,13	170,63			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 600,18	K - 997,24	Ca - 425,22	Mg - 174,68		
P - 602,77	Fe - 8,76	I - 218,36	Se - 24,98		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.

ООО "КДП "Здоров и сыт"



ГБОУ СОШ Рысайкино(мобилизованные 5-11 класс)



Директор школы №

на 26.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками*		100	62
№289 Рагу овощное из птицы..		250	279
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	108
Итого:	91,52	595	572
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом		100	94
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью*		250/5/1	134
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	901
Всего:	219,66	1 491	1 474

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 786,89	витВ1 - 0,55	витВ2 - 0,82
42,59	47,71	212,13	витС - 33,37	витЕ - 0,05	витD - 2,07
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 585,26	K - 1 741,43	Ca - 261,14	Mg - 168,1		
P - 543,76	Fe - 8,57	I - 361,02	Se - 28,46		

(Куликова Л.А)

Еремеева М.С.

ООО "ИДБ" ЗДОРОВ И СЫТ



ГБОУ СОШ Рысайкино(мобилизованные 5-11 класс)



Директор школы №

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным..**		250/5	325
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	91,52	550	614
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		100	60
№388 Уха рыбацкая с зеленью*		15/250/1	150
№290/АКТ Птица тушеная в соусе		50/50	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	906	794
Всего:	219.66	1 456	1 409

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
57,03	47,48	173,42	вита - 379,89	витВ1 - 0,57	витВ2 - 0,95
			витС - 24,87	витЕ - 0,36	витD - 3,12

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 438,98	K - 1 257,15	Ca - 396,2	Mg - 138,09
P - 626,89	Fe - 9,52	I - 271,48	Se - 52,48

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Еремеева М.С.

Директор
ООО "ИП "ЗДОРОВ И СЫТ"



ГБОУ СОШ Рысайкино(мобилизованные 5-11 класс)

Директор школы № _____



на 30.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	615	650
Обед			
№75 Икра свекольная*		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	117
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	220
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	870
Всего:	219,66	1 511	1 520

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
47,86	48,81	226,34

ВИТА - 1 742,15	ВИТВ1 - 0,64	ВИТВ2 - 0,76
ВИТС - 37,03	ВИТЕ - 0,37	ВИТД - 12,19

Na - 2 486,38	K - 1 901,72	Ca - 283,06	Mg - 192,47
P - 603,28	Fe - 8,61	I - 315,99	Se - 25,08

Калькулятор  Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ДЛЯ ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (мобилизованные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 01.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№49 Салат "Витаминный"..		100	155
№291 Плов из птицы**		250	382
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	590	774
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью*...*		250	104
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	890	920
Всего:	219,66	1 480	1 694

Для всего меню

Белки	В граммах Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
60,69	64,5	229,69	вита - 1 002,07	витВ1 - 0,56	витВ2 - 0,81

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 526,67	K - 1 358	Ca - 234,91	Mg - 212,23
P - 557,17	Fe - 9,19	I - 328,98	Se - 29,56

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.