

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 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..		200/5	264
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	78,68	500	553
Обед			
№49 Салат "Витаминный"		60	93
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	160
№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:	110,17	771	810
Всего:	188,85	1 271	1 363

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,81	53,78	169,48	витА - 489,44	витВ1 - 0,84	витВ2 - 1,02
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 305,38	K - 1 002,57	Ca - 423,63	Mg - 216,1		
P - 658,87	Fe - 10,1	I - 183,11	Se - 26,25		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками .		60	61
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	108
Итого:	78,68	505	515
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	107
№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:	110,17	776	801
Всего:	188,85	1 281	1 317

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
36,97	42,98	184,79	- 786,86	- 0,54	- 0,82
			витС - 29,95	витЕ - 0,03	витD - 2,07

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 819,87	K - 1 729,74	Ca - 221,42	Mg - 162,27
P - 525,25	Fe - 8,26	I - 269,27	Se - 28,43

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДЦ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино(1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным..*		200/5	362
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	78,68	500	652
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		60	60
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	191
№290/АКТ Птица тушеная в соусе		50/50	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	786	802
Всего:	188,85	1 286	1 454

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 376,51	витВ1 - 0,55	витВ2 - 0,91
54,77	48,1	175,8	ВИТС - 24,74	витЕ - 0,36	витD - 3,12
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 349,39	K - 1 215,87	Ca - 367,54	Mg - 130,16		
P - 593,31	Fe - 9,35	I - 259,77	Se - 51,92		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО «ДП «ЗДОРОВ И СЫТ»



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 30.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*		60	38
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	78,68	545	591
Обед			
№75 Икра свекольная**		60	111
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	220
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	811
Всего:	188,85	1 321	1 402

Для всего меню,

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 1 701,77	витаВ1 - 0,62	витаВ2 - 0,75
46,16	43,54	205,95	витаС - 34,68	витаЕ - 0,37	витаD - 12,19

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 166,08	K - 1 823,32	Ca - 278,11	Mg - 186,79
P - 588,77	Fe - 8,36	I - 280,02	Se - 24,73

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО КЛП "Здоровье и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 01.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№49 Салат "Витаминный"		60	93
№291 Плов из птицы*		200	299
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	629
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№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	770	832
Всего:	188,85	1 270	1 461

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА - 918,83	витВ1 - 0,62	витВ2 - 0,84
54,13	59,28	235,19			

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 052,16	K - 1 345,71	Ca - 231,29	Mg - 250,34
P - 608,53	Fe - 10,4	I - 293,45	Se - 30,79

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.