

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 23.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны отварные с м/р.		180	202
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	598
Обед			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№355 Солянка по домашнему с филе кур		10/10/250/5/1	115
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	850
Всего:	219,66	1 526	1 448

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 1 226,55	витаВ1 - 0,45	витаВ2 - 0,62
56,41	63,5	220,37	витаС - 29,26	витаЕ - 0,72	витаD - 8,88
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 867,72	K - 1 092,86	Ca - 244,23	Mg - 191,63		
P - 544,8	Fe - 10,68	I - 172,71	Se - 23,9		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 24.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Вафли*		60	155
№259 Жаркое из птицы. **		250	317
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	706
Обед			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№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	203
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	769
Всего:	219,66	1 446	1 475

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 542,3	витВ1 - 0,98	витВ2 - 0,87
52,44	57,24	215,21			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 590,01	K - 2 283,59	Ca - 310,51	Mg - 216,39		
P - 687,18	Fe - 12,6	I - 251,2	Se - 38,7		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино(5-11 класс)



на 05.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	221
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	120
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	570	777
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью*		15/250/1	138
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	179
№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	906
Всего:	219,66	1 476	1 684

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
56,75	59,4	217,49

	Витамины в миллиграммах	
ВИТА - 284,27	ВИТВ1 - 0,57	ВИТВ2 - 0,66
ВИТС - 10,22	ВИТЕ - 0,73	ВИТD - 0,51

Na - 3 007,32	K - 884,5	Ca - 153,15	Mg - 166,28
P - 512,48	Fe - 9,94	I - 287,2	Se - 26,38

Typical

(Куликова Л.А)

Каму

Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 06.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	614	622
Обед			
№Акт Салат Степной..		100	61
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№289 Рагу овощное из птицы..		250	279
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	861	721
Всего:	219,66	1 475	1 343

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 968,85	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,73
41,45	38,78	202,76			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06		
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 07.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	598
Обед			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№355 Солянка по домашнему с филе кур	10/10/250/5/1		115
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	850
Всего:	219,66	1 526	1 448

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	Вита А - 1 226,55	Вита В1 - 0,45	Вита В2 - 0,62
56,41	63,5	220,37	Вита С - 29,26	Вита Е - 0,72	Вита D - 8,88
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 867,72	K - 1 092,86	Ca - 244,23	Mg - 191,63		
P - 544,8	Fe - 10,68	I - 172,71	Se - 23,9		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 10.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Вафли*		60	155
№259 Жаркое из птицы. **		250	317
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	706
Обед			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№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	203
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	769
Всего:	219,66	1 446	1 475

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
52,44	57,24	215,21	витА - 542,3 витВ1 - 0,98 витВ2 - 0,87
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 590,01	K - 2 283,59	Ca - 310,51	Mg - 216,39
P - 687,18	Fe - 12,6	I - 251,2	Se - 38,7

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 11.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом**,		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..		250/5	392
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	91,52	550	696
Обед			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	120
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	844
Всего:	219,66	1 446	1 540

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 105,1	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,63
38,97	49,51	201,75	витС - 32,68	витРР - 0,03	витЕ - 1,15
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74		
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 12.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№207 Макароны, запеченные с сыром.**		210	299
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	640
Обед			
№75 Икра свекольная*		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	117
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№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	795
Всего:	219,66	1 446	1 435

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 458,42	витВ1 - 0,54	витВ2 - 0,71
44,12	42,16	219,3	витС - 34,6	витЕ - 0,36	витD - 0,7
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 703,47	K - 1 584,31	Ca - 321,35	Mg - 156,54		
P - 484,51	Fe - 7,98	I - 252,34	Se - 26,72		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.