

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 02.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	290
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	78,68	500	580
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.		200/5/1	151
№272/330 Биточки из птицы запеченные в сметанном соус		250	497
№АКТ Компот из свежзамороженных ягод*		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	870
Всего:	188,85	1 276	1 450

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 315,52	витаВ1 - 0,83	витаВ2 - 0,91
46,34	60,24	179,67	витаС - 15,41	витаЕ - 0,03	витаD - 0,74
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 879,02	K - 861,87	Ca - 602,81	Mg - 166,49		
P - 663,37	Fe - 8,18	I - 153,1	Se - 33,25		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



Директор школы №

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом.		100	179
№171 Каша перловая с овощами		150	170
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	584	574
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком,зеленью*		10/200/1	213
№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	731	831
Всего:	188.85	1 315	1 405

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
42,26	46,12	174,58	вита - 196,85	витаВ1 - 0,45	витаВ2 - 0,63
			витаС - 30,25	витаЕ - 0,36	витаD - 0,77

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 933,44	K - 1 352,6	Ca - 208,27	Mg - 119,53
P - 525,67	Fe - 8,95	I - 189,78	Se - 43,9

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

Калькулятор Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 06.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	221
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	211
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	544	790
Обед			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	129
№291 Плов из птицы*		200	299
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	726	789
Всего:	188,85	1 270	1 578

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	витА - 469,88	витВ1 - 0,53
48,41	54,24	витС - 20,79	витЕ - 0,92
Углеводы		витВ2 - 0,66	витD - 0,77
237,77			
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 380,34	K - 871,02	Ca - 207,52	Mg - 226,84
P - 546,08	Fe - 9,9	I - 243,49	Se - 28,68

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 07.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом и маслом.		60	201
№173 Каша вязкая молочная пшенная,,		200/5	297
№382 Какао с молоком..		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	505	702
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью		15/200/1	143
№301 Кнели куриные с соусом		100	135
№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	783
Всего:	188,85	1 291	1 485

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 204,13	витВ1 - 0,65	витВ2 - 0,84
50,97	57,63	225,34	витС - 8,22	витЕ - 0,4	витD - 0,63
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 588,79	K - 902,27	Ca - 372,46	Mg - 163,68		
P - 641,25	Fe - 9,14	I - 248,41	Se - 23,27		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 08.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	108
Итого:	78,68	555	543
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№355 Солянка по домашнему с филе кур*	10/10/200/5/1		101
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	796	760
Всего:	188,85	1 351	1 303

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 277,52	витВ1 - 0,89	витВ2 - 0,89
53,76	53,77	184,94	витС - 43,46	витЕ - 0,36	витD - 20,61
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 994,01	K - 2 253,41	Ca - 370,1	Mg - 236,9		
P - 755,92	Fe - 10,96	I - 351,36	Se - 47,61		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 09.10.2025

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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 489,44	витаВ1 - 0,84	витаВ2 - 1,02
40,81	53,78	169,48			
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.