

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино(5-11 класс)

М Е Н Ю

на 20.11.2025

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	203
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	804
Всего:	219,66	1 526	1 403

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 1 226,55	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,62
49,94	52,22	212,68	витС - 29,26	витЕ - 0,72	витD - 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.

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Рысайкино(5-11 класс)



на 21.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Вафли* ,		60	155
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	680
Обед			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*		100	90
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.		250/5/1	144
№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	799
Всего:	219.66	1 446	1 479

В граммах

Витамины в миллиграммах
витВ1 - 0,98 витВ2 - 0,87

Минеральные вещества в миллиграммах

Mg - 216,39
Se - 38,7

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

[Signature]

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



М Е Н Ю

на 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом**,		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..		250/5	375
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	91,52	550	680
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	101
№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	825
Всего:	219,66	1 446	1 505

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 105,1	витаВ1 - 0,61	витаВ2 - 0,63
45	49	204,85	витаС - 32,68	витаРР - 0,03	витаЕ - 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"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино(5-11 класс)



М Е Н Ю

на 25.11.2025

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 зелень		250/5/1	127
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	176
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	816
Всего:	219,66	1 446	1 456

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 458,42	витаВ1 - 0,54	витаВ2 - 0,71
46,31	51,65	199,79	витаС - 34,6	витаЕ - 0,36	витаD - 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.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино(5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 26.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№289 Рагу овощное из птицы..		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	580	570
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью*...*		250	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	890	875
Всего:	219,66	1 470	1 445

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 2 029,92	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,73
51,28	56,8	207,29	витС - 26,33	вите - 0,37	витD - 0,58

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 221,15	K - 1 802,34	Ca - 201,88	Mg - 232,78
P - 565,53	Fe - 9,89	I - 205,35	Se - 22,94

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 27.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл		250/5	299
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	585	545
Обед			
№Акт Салат Степной.		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью*		250/5/1	154
№Акт Бигус с сосиской**		250	387
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	838
Всего:	219,66	1 451	1 383

Для всего меню

В граммах		Углеводы	Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры		вита - 598,63	витВ1 - 0,37	витВ2 - 0,67
46	51,6	204,96	витС - 202,73	витРР - 0,1	вите - 0,34
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 597,24	K - 1 508,22	Ca - 394,51	Mg - 139,45		
P - 450,99	Fe - 8,01	I - 261,25	Se - 33,72		

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 28.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки		100	88
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом.		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	657
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	184
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	816
Всего:	219,66	1 481	1 473

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 277,35	витаВ1 - 0,6	витаВ2 - 0,71
48,83	50,6	207,75	витаС - 61,09	витаРР - 0,24	витаЕ - 0,56
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 388,31	K - 1 707,01	Ca - 249,67	Mg - 205,7		
P - 548,71	Fe - 10,49	I - 247,02	Se - 32,51		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.