

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы №



Госкова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино(1-4 класс)



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 отварные с м/р*		150	168
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	580	564
Обед			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*		60	38
№355 Солянка по домашнему с филе кур*	10/10/200/5/1		101
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	796	672
Всего:	188,85	1 376	1 237

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы			
44,77	44,8	187,08	вита - 1 223,93	витВ1 - 0,52	витВ2 - 0,65
			витС - 28,12	витЕ - 0,72	витD - 8,87
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 548,25	K - 1 131,86	Ca - 243,06	Mg - 234,71		
P - 605,63	Fe - 12,09	I - 137,84	Se - 25,19		

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

Калькулятор Калин Еремеева М.С.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)



МЕНЮ

на 21.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Вафли*		60	155
№259 Жаркое из птицы *		200	209
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	108
Итого:	78,68	505	588
Обед			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком		60	54
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.		200/5/1	151
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	752
Всего:	188,85	1 281	1 340

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 541,57	витВ1 - 0,9	витВ2 - 0,87
41,89	44,29	203,65			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 370,91	K - 2 060,66	Ca - 295,72	Mg - 199,26		
P - 641,06	Fe - 11,69	I - 217,91	Se - 37,85		

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 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом**		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	283
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	78,68	500	588
Обед			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	129
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	782
Всего:	188,85	1 276	1 370

Для всего меню

В граммах		Углеводы	Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры		вита - 235,98	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,66
39,55	41,66	186,33	витС - 20,35	витЕ - 0,95	витD - 0,48
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 939,15	K - 890,71	Ca - 369,9	Mg - 184,5		
P - 612,64	Fe - 9,72	I - 197,72	Se - 35,81		

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 (1-4 класс)



МЕНЮ

на 25.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком		60	54
№207 Макароны , запеченные с сыром.**		200	282
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	588
Обед			
№75 Икра свекольная**		60	111
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№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	736
Всего:	188,85	1 276	1 324

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
42,44	42,84	184,92	378,78	0,54	0,68
			32,33	0,39	0,54
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 754,75	K - 1 418,65	Ca - 327,75	Mg - 153,41		
P - 474,29	Fe - 7,66	I - 143,19	Se - 25,5		

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 № _____

МЕНЮ

на 26.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*		60	38
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	486
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	770	732
Всего:	188,85	1 270	1 218

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 1 946,68	витаВ1 - 0,71	витаВ2 - 0,88
42,64	43,45	177,17	витаС - 24,56	витаЕ - 0,37	витаD - 0,69
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 946,24	K - 1 827,25	Ca - 214,26	Mg - 276,49		
P - 642,89	Fe - 11,54	I - 171,1	Se - 26,57		

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 № _____

МЕНЮ

на 27.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	253
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	535	500
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	117
№Акт Бигус с сосиской		200	292
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	726	705
Всего:	188,85	1 261	1 205

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 507,71	витВ1 - 0,36	витВ2 - 0,57
38,5	44,45	177,28	витС - 237,54	витЕ - 0,71	витD - 8,8
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 678,79	K - 891,81	Ca - 364,37	Mg - 131,93		
P - 428,13	Fe - 7,82	I - 157,06	Se - 15,27		

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 № _____



МЕНЮ

на 28.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки**		60	47
№295/Акт Котлеты из птицы с соусом.		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	524
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком,зеленую*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	209
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	734
Всего:	188,85	1 271	1 258

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	вита А - 193,62	витВ1 - 0,63
40,84	43,04	витС - 40,72	витВ2 - 0,72
		витРР - 0,15	витЕ - 0,36
Углеводы			
170,6			
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 359,4	K - 1 463,4	Ca - 213,51	Mg - 230,8
P - 580,44	Fe - 11,11	I - 243,05	Se - 31,02

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.