

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КПТ "Здоров и сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 11.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена.		200/5	223
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	535	470
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
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	770	790
Всего:	188,86	1 305	1 260

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 415,5	витВ1 - 0,44	витВ2 - 0,59
39,3	41,88	186,84	витС - 26,72	витЕ - 0,37	витD - 9,04
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 901,69	K - 1 191,44	Ca - 302,21	Mg - 123,37		
P - 422,01	Fe - 7,46	I - 187,24	Se - 15,51		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

_____ Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 12.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№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	572
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	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:	188,86	1 271	1 306

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 287,22	витаВ1 - 0,64	витаВ2 - 0,94
43,51	43,45	170,15	витаС - 25,69	витаЕ - 0,36	витаD - 3,06
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 825,28	K - 1 342,19	Ca - 216,59	Mg - 224,73		
P - 663,02	Fe - 11,72	I - 183,05	Se - 47,2		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 15.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром*.*		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшениная,,		200/5	283
№382 Какао с молоком..		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	505	588
Обед			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	191
№291 Плов из птицы*		200	271
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	736	823
Всего:	188,86	1 241	1 410

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 350,15	витаВ1 - 0,6	витаВ2 - 1,04
45,05	47,38	201	витаС - 14,19	витаЕ - 0,55	витаD - 0,84
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 453,89	K - 1 106,77	Ca - 563,59	Mg - 179,8		
P - 738,61	Fe - 7,23	I - 211,65	Se - 36,23		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 16.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	189
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	588
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью		15/200/1	143
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	174
№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	823
Всего:	188,86	1 326	1 410

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 201,03	витВ1 - 0,63	витВ2 - 0,69
45,67	47,4	186,97	витС - 8,45	витЕ - 0,73	витD - 0,5
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 532,81	K - 872,21	Ca - 149,53	Mg - 204,39		
P - 563,84	Fe - 11,15	I - 251,67	Se - 27,61		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (ОВЗ)



М Е Н Ю

на 17.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	580	575
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	160
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	771	747
Всего:	188,86	1 351	1 322

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 596,82	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,69
39,49	45,95	184,41	витС - 155,63	витЕ - 0,7	витD - 10,61
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 578,21	K - 2 000,67	Ca - 264,22	Mg - 177,63		
P - 589,29	Fe - 8,77	I - 345,49	Se - 22,1		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна