

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДР «ЗДОРОВ И СЫТ»



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 16.02.2026

| 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: | 100,00 | 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: | 138,00 | 896 | 825 |
| Всего: | 238,00 | 1 446 | 1 505 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВитА - 105,1 | ВитВ1 - 0,61 | ВитВ2 - 0,63 |
| 45 | 49 | 204,85 | 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 _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 17.02.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом | | 100 | 85 |
| №270 Котлеты из птицы "Московские" | | 100 | 139 |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р. | | 180 | 202 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов* | | 200 | 133 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 100,00 | 620 | 678 |
| Обед | | | |
| №75 Икра свекольная* | | 100 | 185 |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены | | 250/5/1 | 127 |
| №278 Тефтели из птицы тушеные в соусе | | 100 | 145 |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл. | | 180 | 203 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 35 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 138,00 | 896 | 843 |
| Всего: | 238,00 | 1 516 | 1 521 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита - 337,09 | витВ1 - 0,76 | витВ2 - 0,77 |
| 41,38 | 46 | 226,04 | витС - 36,43 | витЕ - 0,36 | витD - 0,65 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 3 484,81 | K - 1 240,54 | Ca - 279,03 | Mg - 214,06 |
| P - 557,81 | Fe - 10,61 | I - 339,57 | Se - 33,71 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



МЕНЮ

на 19.02.2026

| 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: | 100,00 | 585 | 545 |
| 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 |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р. | | 180 | 202 |
| №348 Компот из кураги | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 138,00 | 890 | 873 |
| Всего: | 238,00 | 1 475 | 1 419 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита А - 483,19 | витВ1 - 0,47 | витВ2 - 0,63 |
| 47,95 | 51,41 | 212,2 | витС - 29,27 | витРР - 0,1 | витЕ - 0,37 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|-------------|-------------|-------------|
| Na - 2 094,45 | K - 1 311,5 | Ca - 321,43 | Mg - 132,83 |
| P - 449,88 | Fe - 7,74 | I - 180,41 | Se - 13,84 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (5-11 класс)



МЕНЮ

на 20.02.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|----------|-------|
| Завтрак | | | |
| № Печенье** | | 60 | 164 |
| №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: | 100,00 | 570 | 733 |
| 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: | 138,00 | 871 | 816 |
| Всего: | 238,00 | 1 441 | 1 549 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витА | витВ1 | витВ2 |
| 48,83 | 48,22 | 220,59 | - 277,15 | - 0,57 | - 0,69 |
| | | | витС - 34,89 | витЕ - 0,36 | витD - 0,43 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 377,91 | K - 1 421,41 | Ca - 207,99 | Mg - 186,08 |
| P - 524,56 | Fe - 9,4 | I - 247,02 | Se - 32,51 |

Зав. производством _____

Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.