

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)



МЕНЮ

на 10.03.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|----------|-------|
| Завтрак | | | |
| № Печенье** | | 60 | 164 |
| №270 Котлеты из птицы "Московские" с соусом | | 100 | 139 |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл. | | 180 | 203 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 106 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 95,46 | 570 | 693 |
| Обед | | | |
| №62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром., | | 100 | 98 |
| №116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью* | | 15/250/1 | 138 |
| №295 Шницель из птицы с соусом | | 100 | 179 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст... | | 180 | 203 |
| №342 Компот из свежих яблок | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 133,65 | 906 | 880 |
| Всего: | 229,11 | 1 476 | 1 573 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита А - 1 346,16 | витВ1 - 1,18 | витВ2 - 0,75 |
| 47,54 | 46,05 | 222,25 | | | |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 715,99 | K - 1 257,47 | Ca - 206,46 | Mg - 236,01 |
| P - 676,33 | Fe - 13,96 | I - 278,01 | Se - 28,84 |

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 (многодетные 5-11 класс)



МЕНЮ

на 11.03.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №47/Акт Салат из квашеной капусты.. | | 100 | 35 |
| №259 Жаркое из птицы. ** | | 250 | 291 |
| №883/Акт Кисель* | | 200 | 119 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 95,46 | 590 | 563 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной , | | 100 | 125 |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе. | | 250/5/1 | 144 |
| №295/759 Биточки из птицы с соусом | | 100 | 174 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным. | | 180 | 232 |
| №348 Компот из кураги | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 133,65 | 896 | 937 |
| Всего: | 229,11 | 1 486 | 1 501 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витА - 501,73 | витВ1 - 0,52 | витВ2 - 0,81 |
| 57,26 | 46,49 | 204,06 | витС - 44,59 | витЕ - 0,37 | витD - 8,94 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 806,06 | K - 1 851,84 | Ca - 258,34 | Mg - 162,19 | | |
| P - 515,95 | Fe - 7,95 | I - 246,02 | Se - 27,7 | | |

Зав. производством _____

Куликова Л.А.
Фролова Л.Г.

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)



М Е Н Ю

на 12.03.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №ПР Икра кабачковая* | | 100 | 134 |
| №243/759 Сосиски отварные с томатным соусом | | 100 | 149 |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р. | | 180 | 202 |
| №388 Напиток из плодов шиповника | | 200 | 88 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 95,46 | 610 | 655 |
| Обед | | | |
| №338 Яблоко* | | 100 | 47 |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены | | 250/5/1 | 127 |
| №233 Рыба запеченая под молочным соусом | | 100 | 158 |
| №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: | 133,65 | 896 | 691 |
| Всего: | 229,11 | 1 506 | 1 345 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах | | |
| 43,3 | 53,69 | 197,16 | ВИТА - 387,41 | витВ1 - 0,47 | витВ2 - 0,65 |
| | | | ВИТС - 161,25 | витЕ - 0,7 | витD - 10,61 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 683,99 | K - 1 976,56 | Ca - 268,44 | Mg - 161,69 | | |
| P - 579,13 | Fe - 9,69 | I - 311,14 | Se - 24,11 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Срскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 13.03.2026

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №75 Икра морковная: | | 100 | 253 |
| №290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе | | 100 | 141 |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл. | | 180 | 203 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 106 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 95,46 | 610 | 784 |
| Обед | | | |
| №Акт Салат Степной: | | 100 | 61 |
| №99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью* | | 250/5/1 | 154 |
| №291 Плов из птицы** | | 250 | 382 |
| №349 Компот из смеси сухофруктов* | | 200 | 133 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 133,65 | 866 | 877 |
| Всего: | 229,11 | 1 476 | 1 661 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВитА - 1 606,29 | витВ1 - 0,48 | витВ2 - 0,69 |
| 48,94 | 48,36 | 220,3 | витС - 20,93 | витЕ - 0,36 | витD - 0,41 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 3 461,87 | K - 1 078,7 | Ca - 209,01 | Mg - 206,26 | | |
| P - 560,13 | Fe - 8,98 | I - 367,28 | Se - 28,76 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.