

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 16.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом**,		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.*.*		250/10	337
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	95,46	555	642
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
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	896	797
Всего:	229,11	1 451	1 438

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
45,01	54	198,8	108,68	0,78	0,77
			33,79	0,16	1,15
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 079,63	K - 1 112,53	Ca - 425,64	Mg - 263,36		
P - 737,13	Fe - 12,56	I - 157,97	Se - 35,9		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Куликова

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "Здоров и сыт"



Саскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Рысайкино (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 17.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра свекольная*		100	185
№270 Котлеты из птицы "Московские" с соусом		100	139
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	95,46	610	740
Обед			
№Акт Салат Степной:		100	61
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	184
№Акт Бигус с сосиской**		250	387
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	871	815
Всего:	229,11	1 481	1 555

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА -	витВ1 -	витВ2 -
44,69	47,17	237,43	431,99	0,56	0,53
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 327,42	K - 1 038,96	Ca - 312,08	Mg - 124,18		
P - 475,22	Fe - 8,65	I - 230,29	Se - 32,45		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 18.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№289 Рагу овощное из птицы..		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	95,46	590	678
Обед			
№75 Икра морковная:		100	253
№388 Уха рыбацкая с зеленью*		15/250/1	150
№278 Тефтели из птицы тушеные в соусе		100	145
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	906	1 015
Всего:	229,11	1 496	1 692

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 1 471,67	витаВ1 - 0,48	витаВ2 - 0,79
55,39	52,14	224,67	витаС - 158,06	витаЕ - 0,7	витаD - 0,54

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 647,93	K - 1 703,88	Ca - 182,88	Mg - 186,03
P - 548,29	Fe - 8,18	I - 220,53	Se - 36,96

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 19.03.2026

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:	95,46	585	545
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		250/1	172
№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:	133,65	891	941
Всего:	229,11	1 476	1 487

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА - 514,66	витВ1 - 0,58	витВ2 - 0,64
53,32	54,91	217,21	витС - 30,65	витРР - 0,1	витЕ - 0,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 449,63	K - 1 496,45	Ca - 345,56	Mg - 153,21		
P - 500,48	Fe - 8,87	I - 223,38	Se - 14,59		

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 (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



М Е Н Ю

на 20.03.2026

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:	95,46	570	733
Обед			
№47/Акт Салат из квашеной капусты..		100	35
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	190
№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:	133,65	861	796
Всего:	229,11	1 431	1 529

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	вита В1 -	вита В2 -
44,75	41,46	213	276,99	0,59	0,71
			вита С - 27	вита Е - 0,36	вита D - 0,43
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 470,73	K - 1 597,27	Ca - 177,48	Mg - 186,4		
P - 505,42	Fe - 9,23	I - 260,15	Se - 25,87		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г