

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс.)



МЕНЮ

на 10.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье**		60	164
№270 Котлеты из птицы "Московские" с соусом		100	139
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	82,06	540	601
Обед			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром*		60	49
№116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью		15/200/1	141
№295 Шницель из птицы с соусом		100	179
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	174
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	786	805
Всего:	196,97	1 326	1 406

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 1 343,63	витВ1 - 1,19	витВ2 - 0,78
40,84	39,35	195,6			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 272,15	K - 1 254,01	Ca - 193,98	Mg - 270,57		
P - 709,4	Fe - 14,76	I - 225,44	Se - 28,79		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СИТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 11.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№47/Акт Салат из квашеной капусты*		60	47
№259 Жаркое из птицы *		200	209
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	82,06	500	493
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе:		200/5/1	131
№295/759 Биточки из птицы с соусом		100	174
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	776	853
Всего:	196,97	1 276	1 346

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
43,99	41,23	185,08	- 420,29	- 0,48	- 0,79
			витС - 53,81	витРР - 0,19	витЕ - 0,37

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 652,37	K - 1 709,41	Ca - 271,83	Mg - 155,02
P - 496,87	Fe - 7,63	I - 229,61	Se - 27,56

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "Здоровый Сыт"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Рысайкино

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 12.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р*		150	168
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	82,06	540	567
Обед			
№338 Яблоко*,		100	47
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	158
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	158
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	114,91	816	706
Всего:	196,97	1 356	1 274

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 320,03	витВ1 - 0,46	витВ2 - 0,64
38,95	46,84	168,24	витС - 160,8	витЕ - 1,25	витD - 10,61
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 989,69	K - 1 624,16	Ca - 271,09	Mg - 151,01		
P - 557,82	Fe - 9,16	I - 275,17	Se - 23,36		

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



МЕНЮ

на 13.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная:		60	69
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	82,06	540	508

Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	117
№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:	114,91	726	728
Всего:	196,97	1 266	1 236

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 1	ВИТВ1 - 0,56	ВИТВ2 - 0,73
44,16	42,94	178,23	603,91	0,36	0,4
			ВИТС - 20,93		

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 168,12	K - 1 161,65	Ca - 210,21	Mg - 252,01
P - 627,66	Fe - 10,5	I - 332,84	Se - 30,08

Зав. производством _____

Куликова Л.А.
Фролова Л.Г.

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г