

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



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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы №



М Е Н Ю

на 06.10.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| Салат из свеклы отварной | | 60 | 56 |
| Рагу овощное из птицы. | | 200 | 223 |
| Чай с сахаром | | 200 | 60 |
| Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Итого: | 67,80 | 505 | 509 |
| Витаминация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| Обед | | | |
| Салат из белокачанной капусты с зеленью | | 60 | 51 |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью | | 200/1 | 127 |
| Рыба, тушенная с овощами | | 100 | 105 |
| Пюре картофельное с м/сливоч. | | 150 | 137 |
| Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Хлеб ржано пшеничный* | | 50 | 146 |
| Итого: | 94,94 | 806 | 859 |
| Всего: | 180,75 | 1 511 | 1 453 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD - 12,23 | витА - 983,49 витВ1 - 0,68 |
| 45,3 | 33,33 | 203,36 | | |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 309,88 | F - 691,98 | Fe - 10,5 | I - 407,1 |
| K - 2 426,69 | Mg - 205,61 | Na - 3 181,49 | P - 656,59 |

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)



М Е Н Ю

на 06.10.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| Салат из свеклы отварной | | 60 | 56 |
| Рагу овощное из птицы. | | 200 | 223 |
| Чай с сахаром | | 200 | 60 |
| Хлеб пшеничный*.* | | 45 | 170 |
| Итого: | 67,80 | 505 | 509 |
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| Обед | | | |
| Салат из белокачанной капусты с зеленью | | 60 | 51 |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью | | 200/1 | 127 |
| Рыба, тушенная с овощами .. | | 100 | 105 |
| Пюре картофельное с м/сливоч. | | 150 | 137 |
| Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| Хлеб пшеничный*.* | | 45 | 170 |
| Хлеб ржано пшеничный* | | 50 | 146 |
| Итого: | 94,94 | 806 | 859 |
| Витаминизация2 | | | |
| Яблоко*, | | 100 | 47 |
| Итого: | 18,01 | 100 | 47 |
| Всего: | 198,76 | 1 611 | 1 500 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD - 12,23 | витА - 986,49 | витВ1 - 0,7 |
| 45,7 | 33,73 | 213,16 | | | |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 323,96 | F - 699,02 | Fe - 12,41 | I - 408,86 |
| K - 2 657,43 | Mg - 213,44 | Na - 3 201,25 | P - 666,16 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Красносамарское (дети мобилизованных родителей)

М Е Н Ю

на 06.10.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--------------------------|-------|-------|------|
| Завтрак | | | |
| Салат из свеклы отварной | | 100 | 93 |
| Рагу овощное из птицы.. | | 250 | 279 |
| Чай с сахаром | | 200 | 60 |
| Хлеб пшеничный*.* | | 45 | 170 |
| Итого: | 78,86 | 595 | 602 |
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| Всего: | 96,87 | 795 | 687 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|--|------------|--------------|-------------------------|--------|---------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витВ1 | витВ2 | витС |
| 22,58 | 19,57 | 90,94 | - 0,24 | - 0,34 | - 20,19 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Ca - 163,28 | F - 206,26 | Fe - 4,99 | I - 120,88 | | |
| K - 931,79 | Mg - 79,76 | Na - 1 208,3 | P - 251,18 | | |

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г