

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

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

МЕНЮ на 29.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с сыром		60	158
Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Жаркое из птицы		200	306
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	180,75	1 351	1 424

Для всего меню

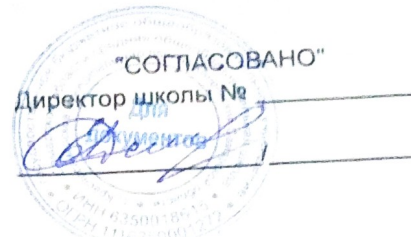
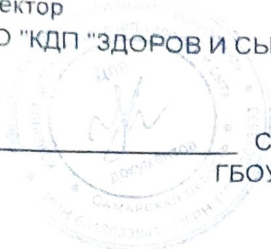
В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,83	вита - 357,89	витВ1 - 0,7
45,92	46,1	195,33	витВ2 - 1,13	витЕ - 0,34	витС - 161,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 555,33	F - 268,64	Fe - 10,08	I - 177,69
К - 1 848,5	Mg - 190,5	Na - 2 573,72	P - 718,24

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)

МЕНЮ

на 29.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с сыром		60	158
Каша вязкая молочная пшенная		250/5	371
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	78,86	555	731
Витаминация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	96,87	655	778

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах
24,5	Жиры	117,71	витВ1 - 0,41
	22,16		витВ2 - 0,58
			витС - 5,1
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 434,48	F - 74,28	Fe - 5,29	I - 57,34
К - 713,62	Mg - 104,27	Na - 917,32	P - 436,97

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 29.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с сыром		60	158
Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Жаркое из птицы		200	306
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	180,75	1 351	1 424

Для всего меню

В граммах
Белки 45,92
Жиры 46,1

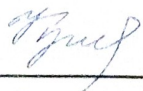
Углеводы 195,33

витD - 0,83
витB2 - 1,13

Витамины в миллиграммах
вита - 357,89
витE - 0,34
витB1 - 0,7
витC - 161,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 555,33 F - 268,64 Fe - 10,08 I - 177,69
K - 1 848,5 Mg - 190,5 Na - 2 573,72 P - 718,24

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)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 30.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	354
Кисель + С витамин		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,86	500	814
Витаминизация			
Сок фруктовый в ассортименте		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	96,87	700	899

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
18,3	Жиры	169,74	витВ1 - 0,2	витВ2 - 0,31	витЕ - 0,01
	15,39		витС - 17,34	витD - 8,81	вита - 27,94
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 236,77	F - 50,43	Fe - 3,33	I - 47,52		
K - 198,64	Mg - 60,92	Na - 570,49	P - 304,79		

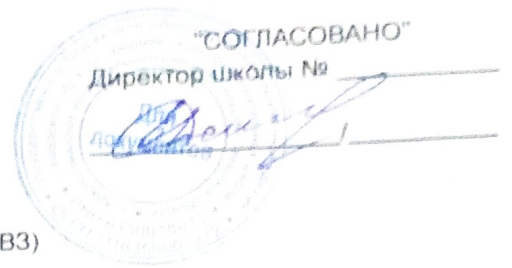
Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)

МЕНЮ

на 30.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	354
Кисель + С витамин		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
Витаминизация			
Сок фруктовый в ассортименте		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки и моркови		60	45
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Рыба, тушенная с овощами		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч		150	137
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		50	177
Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	806	762
Всего:	180,75	1 506	1 660

Для всего меню

В граммах
 Белки 41,38
 Жиры 34,86
 Углеводы 266,14

Витамины в миллиграммах
 витD - 19,46
 витB2 - 1,03
 витA - 575,76
 витE - 0,21
 витB1 - 0,61
 витPP - 0,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 426,91 F - 523,36 Fe - 9,86 I - 266,33
 K - 1 884,17 Mg - 198,97 Na - 2 249,7 P - 719,69

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)
 Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

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

М Е Н Ю на 30.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	354
Кисель + С витамин		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
Витаминация			
Сок фруктовый в ассортименте		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки и моркови		60	45
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Рыба, тушенная с овощами		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч		150	137
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		50	177
Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	806	762
Всего:	180,75	1 506	1 660

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 19,46	Витамины в миллиграммах	витA - 575,76	витB1 - 0,61
41,38	34,86	266,14	витB2 - 1,03	витE - 0,21	витPP - 0,24	

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 426,91	F - 523,36	Fe - 9,86	I - 266,33
K - 1 884,17	Mg - 198,97	Na - 2 249,7	P - 719,69

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 01.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с морковью		100	60
Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
Макаронные изделия отварные		180	202
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,86	610	562
Витаминизация			
Фрукты (нарезка)		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	96,87	710	609

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
18,06		17,63	84,7	витD - 0,21
				витB2 - 0,17
				витA - 220,95
				витE - 0,37
				витB1 - 0,23
				витC - 23,2

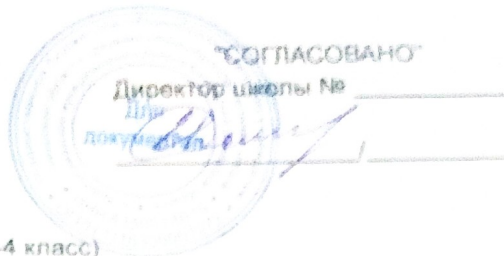
Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 121,43	F - 38,07	Fe - 6,06	I - 119,67
K - 666,88	Mg - 58,12	Na - 1 123,19	P - 186,8

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 (1-4 класс)

МЕНЮ на 01.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью		60	36
Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
Макаронные изделия отварные		150	168
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
Витаминизация			
Фрукты (нарезка)		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат из свеклы с яблоками		60	62
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	180,75	1 411	1 517

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,48	вита - 393,88	витB1 - 0,66
42,16	55,14	196,52	витB2 - 0,55	витE - 0,37	витC - 25,64

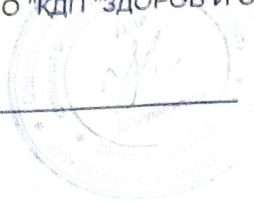
Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 251,72	F - 85,39	Fe - 10,62	I - 264,47
K - 1 162,32	Mg - 113,43	Na - 2 546,64	P - 401,96

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

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



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____
МЕНТОР

М Е Н Ю

на 01.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью		60	36
Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
Макаронные изделия отварные		150	168
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
Витаминизация			
Фрукты (нарезка)		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат из свеклы с яблоками		60	62
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	180,75	1 411	1 517

Для всего меню

Белки 42,16
Жиры 55,14
Углеводы 196,52

витD - 0,48
витB2 - 0,55

Витамины в миллиграммах
вита - 393,88
витаB1 - 0,66
витаE - 0,37
витаC - 25,64

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 251,72 F - 85,39 Fe - 10,62 I - 264,47
K - 1 162,32 Mg - 113,43 Na - 2 546,64 P - 401,96

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г