

"УТВЕРЖДАЮ" ответственного
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы №



М Е Н Ю

на 20.11.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №3 Бутерброд с сыром | | 60 | 101 |
| №173 Каша вязкая молочная пшеничная | | 200/5 | 297 |
| №379 Кофейный напиток с молоком | | 200 | 101 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 35 | 89 |
| Итого: | 74,58 | 500 | 588 |
| Витаминизация | | | |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин | | 200 | 88 |
| Итого: | 19,81 | 200 | 88 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной | | 60 | 75 |
| №99 Суп из овощей с зеленью | | 200/1 | 74 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным | | 150 | 210 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 85 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 40 | 110 |
| Итого: | 104,43 | 791 | 869 |
| Всего: | 198,82 | 1 491 | 1 544 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВИТА - 461,85 | ВИТВ1 - 0,89 | ВИТВ2 - 1,06 |
| 39,47 | 51,28 | 223,01 | ВИТС - 147,09 | ВИТЕ - 0,7 | ВИТD - 0,92 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 903,56 | K - 1 055,82 | Ca - 626,66 | Mg - 193,49 | | |
| P - 747,26 | Fe - 9,49 | I - 256,16 | Se - 26,87 | | |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

ТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы №



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (дети мобилизованных родителей) 1-4 класс

МЕНЮ

на 20.11.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №3 Бутерброд с сыром | | 60 | 101 |
| №173 Каша вязкая молочная пшенная | | 200/5 | 297 |
| №379 Кофейный напиток с молоком | | 200 | 101 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 35 | 89 |
| Итого: | 74,58 | 500 | 588 |
| Витаминизация | | | |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин | | 200 | 88 |
| Итого: | 19,81 | 200 | 88 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной | | 60 | 75 |
| №99 Суп из овощей с зеленью | | 200/1 | 74 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным | | 150 | 210 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 85 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 40 | 110 |
| Итого: | 104,43 | 791 | 869 |
| Всего: | 198,82 | 1 491 | 1 544 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-----------|-----------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита А - | вита В1 - | вита В2 - |
| 39,47 | 51,28 | 223,01 | 461,85 | 0,89 | 1,06 |
| | | | вита С - | вита Е - | вита D - |
| | | | 147,09 | 0,7 | 0,92 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 903,56 | K - 1 055,82 | Ca - 626,66 | Mg - 193,49 |
| P - 747,26 | Fe - 9,49 | I - 256,16 | Se - 26,87 |

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



М Е Н Ю

на 20.11.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №3 Бутерброд с сыром | | 60 | 101 |
| №173 Каша вязкая молочная пшеничная | | 200/5 | 297 |
| №379 Кофейный напиток с молоком | | 200 | 101 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 35 | 89 |
| Итого: | 74,58 | 500 | 588 |
| Витаминизация | | | |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин | | 200 | 88 |
| Итого: | 19,81 | 200 | 88 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной | | 60 | 75 |
| №99 Суп из овощей с зеленью | | 200/1 | 74 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным | | 150 | 210 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 85 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 40 | 110 |
| Итого: | 104,43 | 791 | 869 |
| Всего: | 198,82 | 1 491 | 1 544 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|-------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витА | витВ1 | витВ2 |
| 39,47 | 51,28 | 223,01 | 461,85 | 0,89 | 1,06 |
| | | | 147,09 | 0,7 | 0,92 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 903,56 | K - 1 055,82 | Ca - 626,66 | Mg - 193,49 | | |
| P - 747,26 | Fe - 9,49 | I - 256,16 | Se - 26,87 | | |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы №



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

МЕНЮ на 20.11.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №3 Бутерброд с сыром | | 60 | 101 |
| №173 Каша вязкая молочная пшениая | | 250/5 | 360 |
| №379 Кофейный напиток с молоком | | 200 | 101 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 86,75 | 555 | 680 |
| Витаминизация | | | |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин | | 200 | 88 |
| Итого: | 19,81 | 200 | 88 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной | | 100 | 125 |
| №99 Суп из овощей с зеленью | | 250/1 | 105 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным | | 180 | 232 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 85 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 40 | 110 |
| Итого: | 121,46 | 911 | 972 |
| Всего: | 228,02 | 1 666 | 1 740 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|------|----------|-------------------------|---------|---------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВИТА - | ВИТВ1 - | ВИТВ2 - |
| 45,55 | 57,6 | 248,78 | 542,71 | 0,79 | 1,07 |
| | | | 148,8 | 0,7 | 0,92 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 3 084,32 | K - 1 151,06 | Ca - 550,48 | Mg - 191,23 |
| P - 737,33 | Fe - 8,72 | I - 257,25 | Se - 26,96 |

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

ПРОВЕРЖДАЮ"
 директор
 ООО "КДЛ "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Красносамарское (многолетние 5-11 класс)



МЕНЮ на 20.11.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №3 Бутерброд с сыром | | 60 | 101 |
| №173 Каша вязкая молочная пшенная | | 250/5 | 360 |
| №379 Кофейный напиток с молоком | | 200 | 101 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 86,75 | 555 | 680 |
| Витаминация | | | |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин | | 200 | 88 |
| Итого: | 19,81 | 200 | 88 |
| Обед | | | |
| №67 Винегрет овощной | | 100 | 125 |
| №99 Суп из овощей с зеленью | | 250/1 | 105 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №304 Рис отварной с м/сливочным | | 180 | 232 |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте | | 200 | 85 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 40 | 110 |
| Итого: | 121,46 | 911 | 972 |
| Всего: | 228,02 | 1 666 | 1 740 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|------|----------|-------------------------|------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витА | витВ1 | витВ2 |
| 45,55 | 57,6 | 248,78 | - 542,71 | - 0,79 | - 1,07 |
| | | | витС - 148,8 | витЕ - 0,7 | витD - 0,92 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 3 084,32 | K - 1 151,06 | Ca - 550,48 | Mg - 191,23 |
| P - 737,33 | Fe - 8,72 | I - 257,25 | Se - 26,96 |

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.