

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП «Здоров и сыт»"



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 6 *Васильева*

Врине *А.М. Врине*

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

МЕНЮ

на 10.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	486
Обед			
№Акт Салат Степной		60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	117
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		200	410
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	726	823
Всего:	188,86	1 226	1 309

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 2 123,46	витВ1 - 0,65	витВ2 - 0,83
44,11	43,45	171,37	витС - 157,4	витЕ - 0,34	витD - 0,48

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 108,48	K - 1 398,4	Ca - 174,36	Mg - 134,51
P - 448,37	Fe - 7,71	I - 181,08	Se - 23,45

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

РЖДАЮ"
тор
КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Директор школы № 0 мано

Српине А.М. Српине

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

на 10.12.2025

Для всего меню

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 108,48	K - 1 398,4	Ca - 174,36	Mg - 134,51
P - 448,37	Fe - 7,71	I - 181,08	Se - 23,45

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор  Фролова Л.Г.

Общество с ограниченной ответственностью
"КОММЕНАТ ДЕТЕЙ И ПИТАНИЙ" «ЗДОРОВЬЕ И СЫТ»
ИНН 6318033641 ОГРН 1106318033641
Самарская область
г. Самара
ул. Мухоморова, д. 10
Самара, Самарская область, 443000
Тел: 8 (831) 263-11-11
E-mail: info@komment.ru
www.komment.ru

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)



Директор школы № с. Мошк

Ermine A.M. Ermine

на 10.12.2025

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы			
44,11	43,45	171,37	вита - 2 123,46	витаВ1 - 0,65	витаВ2 - 0,83
			витаС - 157,4	витаЕ - 0,34	витаD - 0,48

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 108,48	K - 1 398,4	Ca - 174,36	Mg - 134,51
P - 448,37	Fe - 7,71	I - 181,08	Se - 23,45

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Салат из моркови (припущ.) и кураги*	Рагу овощное из птицы.	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,07500		
2	Вода*			0,21000	
3	Картофель*		0,13700		
4	Курага*	0,00400			
5	Куры *		0,06400		
6	Лук репчатый*		0,01400		
7	Масло подсолнечное 1 л *		0,00700		
10	Морковь*	0,07000	0,02500		
11	Мука в/с*		0,00100		
12	Сахар-песок*	0,00300		0,01500	
13	Соль йодированная*		0,00100		
14	Томатная паста*		0,00300		
15	Хлеб пшеничный*				0,04000
16	Чай *			0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Салат Степной:	Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью	Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом*	Напиток из плодов шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,15000	0,12800	0,20000		
2	Зеленый горошек консервированный 0,420	0,01000	0,00900				
3	Капуста б/к*		0,02000				
4	Картофель*	0,02900	0,06200				
5	Куры *		0,01300				
6	Лук репчатый*	0,01200	0,01000				
7	Масло подсолнечное 1 л *	0,00600	0,00400	0,00200			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00400			
11	Морковь*	0,01300	0,01000				
12	Мука в/с*			0,00300			
13	Мясо свинины*			0,03000			
14	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,01300					
15	Рис*			0,04200			
16	Сахар-песок*				0,02000		
17	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500	0,01000			
18	Соль йодированная*	0,00100	0,00200	0,00080			
19	Сухари панировочные*			0,00400			
20	Сыр*			0,00200			
21	Укроп свежий*		0,00100				
22	Хлеб пшеничный*			0,00700		0,03000	
23	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
24	Шиповник*				0,02000		

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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоров и сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № Соскова

Соскова А.М. Соскова

МЕНЮ

на 10.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припуц.) и кураги		100	64
№289 Рагу овощное из птицы		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	580	570
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		250/5/1	154
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	365
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	816
Всего:	219,66	1 446	1 386

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
47,5		52,64	191,5	вита А - 2 123,46	вита В1 - 0,61	вита В2 - 0,71
				вита С - 157,4	вита Е - 0,34	вита D - 0,36
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 1 908,88	K - 1 361,2	Ca - 158,36	Mg - 128,91			
P - 422,37	Fe - 7,27	I - 179,8	Se - 21,05			

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № С. Сколково

В.М. Ершова

МЕНЮ

на 10.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припуц.) и кураги		100	64
№289 Рагу овощное из птицы		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	580	570
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		250/5/1	154
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	365
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	816
Всего:	219,66	1 446	1 386

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
47,5	52,64	191,5	витА - 2 123,46	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,71
			витС - 157,4	витЕ - 0,34	витD - 0,36
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 908,88	K - 1 361,2	Ca - 158,36	Mg - 128,91		
P - 422,37	Fe - 7,27	I - 179,8	Se - 21,05		

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

		День 3 Неделя 2			
N	Наименование	Салат из моркови (припущ.) и кураги**	Рагу овощное из птицы..	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,10000		
2	Вода*			0,21000	
3	Картофель*		0,17100		
4	Курага*	0,00700			
5	Куры *		0,06400		
6	Лук репчатый*		0,01800		
7	Масло подсолнечное 1 л *		0,00800		
10	Морковь*	0,11700	0,03200		
11	Мука в/с*		0,00200		
12	Сахар-песок*	0,00500		0,01500	
13	Соль йодированная*		0,00100		
14	Томатная паста*		0,00300		
15	Хлеб пшеничный*				0,03000
16	Чай *			0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

		День 3 Неделя 2					
N	Наименование	Салат Степной..	Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью*	Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом	Напиток из плодов шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,19000	0,15950	0,20000		
2	Зеленый горошек консервированный 0,420	0,01700	0,01200				
3	Калуста б/к*		0,02500				
4	Картофель*	0,04800	0,07700				
5	Куры *		0,01300				
6	Лук репчатый*	0,02000	0,01200				
7	Масло подсолнечное 1 л *	0,01000	0,00500	0,00300			
8	Масло сливочное крестьянское 72.5% по			0,00500			
11	Морковь*	0,02200	0,01300				
12	Мука в/с*			0,00375			
13	Мясо свинины*			0,03700			
14	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,02200					
15	Рис*			0,05300			
16	Сахар-песок*				0,02000		
17	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500	0,01250			
18	Соль йодированная*	0,00200	0,00300	0,00100			
19	Сухари панировочные*			0,00500			
20	Сыр*			0,00200			
21	Укроп свежий*		0,00100				
22	Хлеб пшеничный*			0,00900		0,03000	
23	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
24	Шиповник*				0,02000		

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