

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

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



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

С.Скольников
Ермилов А.М.

М Е Н Ю

на 19.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	544	566
Обед			
№Акт Салат Степной		60	60
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	160
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	721	706
Всего:	188,86	1 265	1 272

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 928,02	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,71
41,74	41,51	186			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 738,23	K - 1 919,75	Ca - 241,85	Mg - 178,89		
P - 588,59	Fe - 7,39	I - 363,04	Se - 32,97		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Е.И. Соскова
Е.И. Соскова

М Е Н Ю

на 19.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	544	566
Обед			
№Акт Салат Степной		60	60
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	160
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	721	706
Всего:	188,86	1 265	1 272

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 928,02	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,71
41,74	41,51	186			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 738,23	K - 1 919,75	Ca - 241,85	Mg - 178,89		
P - 588,59	Fe - 7,39	I - 363,04	Se - 32,97		

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.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с-Сколько



Еренина Еренина А.М.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

МЕНЮ

на 19.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	544	566
Обед			
№Акт Салат Степной		60	60
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	160
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	721	706
Всего:	188,86	1 265	1 272

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
41,74	41,51	186	вита А - 928,02	витВ1 - 0,45	витВ2 - 0,71

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 738,23	K - 1 919,75	Ca - 241,85	Mg - 178,89
P - 588,59	Fe - 7,39	I - 363,04	Se - 32,97

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 1

N	Наименование	Салат из белокачанной капусты с зеленью / 1.0/	Рыба запеченная под молочным соусом / 1.0/	Рис отварной с м/сливочным / 1.0/	Чай с лимоном / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода*	0,00500	0,02500	0,32800	0,20000	
2	Капуста б/к*	0,06100				
3	Лимонная к-та*					
4	Лимоны*				0,00400	
5	Лук репчатый*		0,00700			
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00300				
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00650	0,00500		
9	Минтай С/М, Б/Г, П/Ф*		0,07400			
10	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,02500			
11	Мука в/с*		0,00550			
12	Рис*			0,05400		
13	Сахар-песок*	0,00300			0,01500	
14	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00200		
15	Сыр*		0,00200			
16	Укроп свежий*	0,00100				
17	Хлеб пшеничный*					0,03000
18	Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 1

N	Наименование	Салат Степной: Суп картофельный с вермишелью и зеленью / 1.0/	Рыбное овощное из птицы. / 1.0/	Компот из кураги / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Вермишель*		0,00800			
2	Вода		0,14000	0,07500		
3	Вода*				0,20300	
4	Зеленый горошек консервированный 0,420	0,01000				
5	Картофель*	0,02900	0,08600	0,13700		
6	Курага*				0,02000	
7	Куры *		0,06400			
8	Лимонная к-та*					
9	Лук репчатый*	0,01200	0,01000	0,01400		
10	Масло подсолнечное 1 л *	0,00600	0,00200	0,00700		
13	Морковь*	0,01300	0,01000	0,02500		
14	Мука в/с*			0,00100		
15	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,01300				
16	Сахар-песок*				0,02300	
17	Соль йодированная*	0,00100	0,00200	0,00100		
18	Томатная паста*			0,00300		
19	Укроп свежий*		0,00100			
20	Хлеб пшеничный*					0,03000
21	Хлеб ржано пшеничный*					0,03000

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
Соскова К.Ю.

М Е Н Ю

на 19.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№304 Рис отварной с м/сливочным		180	232
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	614	622
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	173
№289 Рагу овощное из птицы		250	319
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	861	816
Всего:	219,66	1 475	1 438

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 968,85	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,73
49,5	46,63	214,77			

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59

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 № С. Сколково
Соскова К.Ю.

МЕНЮ

на 19.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№304 Рис отварной с м/сливочным		180	232
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	614	622
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	173
№289 Рагу овощное из птицы		250	319
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	861	816
Всего:	219,66	1 475	1 438

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 968,85	витВ1 - 0,47	витВ2 - 0,73
49,5	46,63	214,77			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 036,67	K - 2 072,43	Ca - 262,13	Mg - 188,06		
P - 609,34	Fe - 7,77	I - 399,84	Se - 35,59		

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

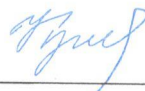
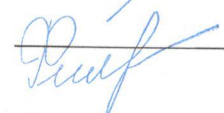
День 3 Неделя 1

N	Наименование	Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом растительным..	Рыба запеченная под молочным соусом	Рис отварной с м/сливочным.	Чай с лимоном	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,00800	0,02500	0,39300	0,20000	
2	Капуста б/к*	0,10100				
3	Лимонная к-та*					
4	Лимоны*					
5	Лук репчатый*		0,00700		0,00400	
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500				
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00650	0,00500		
9	Минтай С/М , Б/Г,П/Ф*		0,07400			
10	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,02500			
11	Мука в/с*		0,00550			
12	Рис*			0,06500		
13	Сахар-песок*	0,00500			0,01500	
14	Соль йодированная*	0,00200	0,00100	0,00200		
15	Сыр*		0,00200			
16	Укроп свежий*	0,00200				
17	Хлеб пшеничный*					0,03000
18	Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 1

N	Наименование	Салат Степной..	Суп картофельный с вермишелью, зеленью	Рагу овощное из птицы..	Компот из кураги	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вермишель*		0,01000				
2	Вода		0,17500	0,10000			
3	Вода*						
4	Зеленый горошек консервированный 0,420	0,01700			0,20300		
5	Картофель*	0,04800	0,10700	0,17100			
6	Курага*				0,02000		
7	Куры *			0,06400			
8	Лимонная к-та*						
9	Лук репчатый*	0,02000	0,01200	0,01800			
10	Масло подсолнечное 1 л *	0,01000	0,00300	0,00800			
13	Морковь*	0,02200	0,01300	0,03200			
14	Мука в/с*			0,00200			
15	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,02200					
16	Сахар-песок*				0,02300		
17	Соль йодированная*	0,00200	0,00200	0,00100			
18	Томатная паста*			0,00300			
19	Укроп свежий*		0,00100				
20	Хлеб пшеничный*					0,03000	
21	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000

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