

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



Директор школы № 6 *С. С. Сидорова*

на 02.10.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №3 Бутерброд с сыром*, *                              |        | 60      | 101   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.      |        | 200/5   | 290   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 580   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым          |        | 60      | 43    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.  |        | 200/5/1 | 151   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 359   |
| №АКТ Компот из свежзамороженных ягод*                 |        | 200     | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 776     | 733   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 276   | 1 313 |

Для всего меню

| В граммах |      |          | Витамины в миллиграммах |               |               |
|-----------|------|----------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки     | Жиры | Углеводы | вита А - 315,52         | витаВ1 - 0,83 | витаВ2 - 0,91 |
| 46,34     | 45,7 | 179,67   | витаС - 15.41           | витаЕ - 0.03  | витаD - 0.74  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |            |             |             |
|---------------|------------|-------------|-------------|
| Na - 1 879,02 | K - 861,87 | Ca - 602,81 | Mg - 166,49 |
| P - 663,37    | Fe - 8,18  | I - 153,1   | Se - 33,25  |

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

### Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДЛ "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Сколково

Бригине Ермишова Л.И.

# МЕНЮ

на 02.10.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        | 60      | 101   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.      |        | 200/5   | 290   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 580   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым          |        | 60      | 43    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.  |        | 200/5/1 | 151   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 359   |
| №АКТ Компот из свежзамороженных ягод*                 |        | 200     | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 776     | 733   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 276   | 1 313 |

## Для всего меню

| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | витА - 315,52           | витВ1 - 0,83 | витВ2 - 0,91 |
| 46,34                               | 45,7       | 179,67      | витС - 15,41            | витЕ - 0,03  | витD - 0,74  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |              |              |
| Na - 1 879,02                       | K - 861,87 | Ca - 602,81 | Mg - 166,49             |              |              |
| P - 663,37                          | Fe - 8,18  | I - 153,1   | Se - 33,25              |              |              |

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Шамбо

Григорьева Григорьева А.И.

М Е Н Ю

на 02.10.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        | 60      | 101   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.      |        | 200/5   | 290   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 580   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым          |        | 60      | 43    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.  |        | 200/5/1 | 151   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 359   |
| №АКТ Компот из свежесзамороженных ягод*               |        | 200     | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 776     | 733   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 276   | 1 313 |

Для всего меню

| В граммах |      |          | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-----------|------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки     | Жиры | Углеводы | вита - 315,52           | витВ1 - 0,83 | витВ2 - 0,91 |
| 46,34     | 45,7 | 179,67   | витС - 15,41            | витЕ - 0,03  | витD - 0,74  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |            |             |             |
|---------------|------------|-------------|-------------|
| Na - 1 879,02 | K - 861,87 | Ca - 602,81 | Mg - 166,49 |
| P - 663,37    | Fe - 8,18  | I - 153,1   | Se - 33,25  |

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

Калькулятор

Григорьева А.И.

Пряникова Екатерина Александровна

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

| N  | Наименование                          | Бутерброд с сыром** | Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч. | Кофейный напиток с молоком | Хлеб пшеничный*** |
|----|---------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|----------------------------|-------------------|
|    |                                       | / 1.0/              | / 1.0/                                      | / 1.0/                     | / 1.0/            |
| 1  | Вода                                  |                     | 0,06000                                     | 0,12000                    |                   |
| 2  | Кофейный напиток                      |                     |                                             | 0,00500                    |                   |
| 3  | Масло сливочное крестьянское 72,5% по |                     | 0,00500                                     |                            |                   |
| 5  | Молоко ф/п 2,5% 1л.*                  |                     | 0,10000                                     | 0,10000                    |                   |
| 6  | Сахар- песок                          |                     | 0,00600                                     | 0,02000                    |                   |
| 7  | Соль поваренная пищевая йодированная  |                     | 0,00100                                     |                            |                   |
| 8  | Сыр плавленый 16,25 гр*               | 1,00000             |                                             |                            |                   |
| 9  | Хлеб пшеничный                        | 0,04000             |                                             |                            | 0,03500           |
| 10 | Хлопья овсяные                        |                     | 0,04400                                     |                            |                   |

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

| N  | Наименование                          | Салат из свежих огурцов с луком репчатым | Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью: | Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом | Компот из свежемороженых ягод* | Хлеб пшеничный | Хлеб ржано пшеничный |
|----|---------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------|----------------|----------------------|
|    |                                       | / 1.0/                                   | / 1.0/                                                | / 1.0/                                       | / 1.0/                         | / 1.0/         | / 1.0/               |
| 1  | Вода                                  |                                          | 0,16000                                               | 0,12200                                      | 0,17300                        |                |                      |
| 2  | Капуста белокочанная                  |                                          | 0,02000                                               |                                              |                                |                |                      |
| 3  | Картофель                             |                                          | 0,02100                                               |                                              |                                |                |                      |
| 4  | Компотная смесь заморож *             |                                          |                                                       |                                              | 0,02100                        |                |                      |
| 5  | Лук репчатый                          | 0,01200                                  | 0,01000                                               |                                              |                                |                |                      |
| 6  | Масло подсолнечное                    | 0,00400                                  | 0,00400                                               | 0,00300                                      |                                |                |                      |
| 7  | Масло сливочное крестьянское 72,5% по |                                          |                                                       | 0,00500                                      |                                |                |                      |
| 10 | Морковь                               |                                          | 0,01000                                               |                                              |                                |                |                      |
| 11 | Мясо свинины                          |                                          |                                                       | 0,03700                                      |                                |                |                      |
| 12 | Огурцы свежие                         | 0,04800                                  |                                                       |                                              |                                |                |                      |
| 13 | Паста томатная                        |                                          | 0,00200                                               |                                              |                                |                |                      |
| 14 | Рис                                   |                                          |                                                       | 0,05300                                      |                                |                |                      |
| 15 | Сахар- песок                          |                                          | 0,00200                                               |                                              | 0,01500                        |                |                      |
| 16 | Свекла                                |                                          | 0,04000                                               |                                              |                                |                |                      |
| 17 | Сметана 15% 0,5 кг*                   |                                          | 0,00500                                               |                                              |                                |                |                      |
| 18 | Соль поваренная пищевая йодированная  | 0,00100                                  | 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 | Вода*                                 |                                          |                                                       | 0,03750                                      |                                |                |                      |
| 25 | Мука в/с*                             |                                          |                                                       | 0,00375                                      |                                |                |                      |
| 26 | Сметана 15% 0,5 кг*                   |                                          |                                                       | 0,01250                                      |                                |                |                      |
| 27 | Соль йодированная*                    |                                          |                                                       | 0,00100                                      |                                |                |                      |

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

Калькулятор

Куликова Екатерина Александровна

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



ГБОУ СОШ Сколково ( Многодетные 5-11 класс)



Директор школы № *с. Иволго*

Етмина А.М.

на 02.10.2025

| Наименование блюда                                    | Цена      | Выход       | Ккал                    |
|-------------------------------------------------------|-----------|-------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                        |           |             |                         |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |           | 60          | 101                     |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..     |           | 250/5       | 392                     |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |           | 200         | 101                     |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |           | 35          | 89                      |
| Итого:                                                | 91,52     | 550         | 682                     |
| <b>Обед</b>                                           |           |             |                         |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом  |           | 100         | 94                      |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.  |           | 250/5/1     | 114                     |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |           | 250         | 359                     |
| №АКТ Компот из свежзамороженных ягод*                 |           | 200         | 32                      |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |           | 30          | 81                      |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |           | 30          | 67                      |
| Итого:                                                | 128,14    | 866         | 747                     |
| Всего:                                                | 219,66    | 1 416       | 1 429                   |
| <b>Для всего меню</b>                                 |           |             |                         |
| Белки                                                 | В граммах | Жиры        | Углеводы                |
| 47,3                                                  | 47,66     | 182,2       | Витамины в миллиграммах |
|                                                       |           |             | витА - 315,54           |
|                                                       |           |             | витВ1 - 0,84            |
|                                                       |           |             | витВ2 - 0,91            |
|                                                       |           |             | витС - 18,8             |
|                                                       |           |             | витЕ - 0,05             |
|                                                       |           |             | витD - 0,74             |
| <b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>            |           |             |                         |
| Na - 2 055,74                                         | K - 871,5 | Ca - 613,75 | Mg - 171,79             |
| P - 680,28                                            | Fe - 8,43 | I - 174,4   | Se - 33,28              |

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

### Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

ГБОУ СОШ Сколково ( 5-11 класс)

Директор школы № с. Толково  
Ермина А.



на 02.10.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        | 60      | 101   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..     |        | 250/5   | 392   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200     | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 91,52  | 550     | 682   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом  |        | 100     | 94    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе.  |        | 250/5/1 | 114   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 359   |
| №АКТ Компот из свежзамороженных ягод*                 |        | 200     | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 866     | 747   |
| Всего:                                                | 219.66 | 1 416   | 1 429 |

|                                     |           |                         |                                                                                            |
|-------------------------------------|-----------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| В граммах                           |           | Витамины в миллиграммах |                                                                                            |
| Белки                               | Жиры      | Углеводы                |                                                                                            |
| 47,3                                | 47,66     | 182,2                   | витА - 315,54<br>витВ1 - 0,84<br>витВ2 - 0,91<br>витС - 18,8<br>витЕ - 0,05<br>витD - 0,74 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |           |                         |                                                                                            |
| 2 055,74                            | K - 871,5 | Ca - 613,75             | Mg - 171,79                                                                                |
| 80,28                               | Fe - 8,43 | I - 174,4               | Se - 33,28                                                                                 |

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

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

| N  | Наименование                          | Бутерброд с сыром* * | Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.. | Кофейный напиток с молоком | Хлеб пшеничный*** |
|----|---------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------|----------------------------|-------------------|
|    |                                       | / 1.0/               | / 1.0/                                       | / 1.0/                     | / 1.0/            |
| 1  | Вода                                  |                      | 0,07500                                      | 0,12000                    |                   |
| 2  | Кофейный напиток                      |                      |                                              | 0,00500                    |                   |
| 3  | Масло сливочное крестьянское 72,5% по |                      | 0,00500                                      |                            |                   |
| 5  | Молоко ф/п 2,5% 1л.*                  |                      | 0,12500                                      | 0,10000                    |                   |
| 6  | Сахар- песок                          |                      | 0,00800                                      | 0,02000                    |                   |
| 7  | Соль поваренная пищевая иодированная  |                      | 0,00100                                      |                            |                   |
| 8  | Сыр плавленый 16,25 гр*               | 1,00000              |                                              |                            |                   |
| 9  | Хлеб пшеничный                        | 0,04000              |                                              |                            | 0,03500           |
| 10 | Хлопья овсяные                        |                      | 0,05500                                      |                            |                   |

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

| N  | Наименование                          | Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом растительным* | Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью.. | Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом | Компот из свежзамороже нных ягод* | Хлеб пшеничный | Хлеб ржано пшеничный |
|----|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|----------------|----------------------|
|    |                                       | / 1.0/                                                         | / 1.0/                                                 | / 1.0/                                       | / 1.0/                            | / 1.0/         | / 1.0/               |
| 1  | Вода                                  |                                                                | 0,20000                                                | 0,12200                                      | 0,17300                           |                |                      |
| 2  | Капуста белокочанная                  |                                                                | 0,02500                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 3  | Картофель                             |                                                                | 0,02900                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 4  | Компотная смесь заморож *             |                                                                |                                                        |                                              | 0,02100                           |                |                      |
| 5  | Лук репчатый                          | 0,02000                                                        | 0,01200                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 6  | Масло подсолнечное                    | 0,00600                                                        | 0,00500                                                | 0,00300                                      |                                   |                |                      |
| 7  | Масло сливочное крестьянское 72,5% по |                                                                |                                                        | 0,00500                                      |                                   |                |                      |
| 10 | Морковь                               |                                                                | 0,01300                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 11 | Мясо свинины                          |                                                                |                                                        | 0,03700                                      |                                   |                |                      |
| 12 | Огурцы свежие                         | 0,08000                                                        |                                                        |                                              |                                   |                |                      |
| 13 | Паста томатная                        |                                                                | 0,00300                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 14 | Рис                                   |                                                                |                                                        | 0,05300                                      |                                   |                |                      |
| 15 | Сахар- песок                          |                                                                | 0,00300                                                |                                              | 0,01500                           |                |                      |
| 16 | Свекла                                |                                                                | 0,05000                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 17 | Сметана 15% 0,5 кг*                   |                                                                | 0,00500                                                |                                              |                                   |                |                      |
| 18 | Соль поваренная пищевая иодированная  | 0,00200                                                        | 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 | Вода*                                 |                                                                |                                                        | 0,03750                                      |                                   |                |                      |
| 25 | Мука в/с*                             |                                                                |                                                        | 0,00375                                      |                                   |                |                      |
| 26 | Сметана 15% 0,5 кг*                   |                                                                |                                                        | 0,01250                                      |                                   |                |                      |
| 27 | Соль йодированная*                    |                                                                |                                                        | 0,00100                                      |                                   |                |                      |

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

Калькулятор \_\_\_\_\_

Куликова Екатерина Александровна