

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

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



СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

С. Иванова

Ершова А.М.

МЕНЮ

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№171 Каша перловая с овощами		150	170
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	584	483
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью.		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	306
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	831
Всего:	188,86	1 315	1 314

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 260,87	витВ1 - 0,6	витВ2 - 0,64
40,92	43,14	173,94			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 819,15	K - 1 306,54	Ca - 196,92	Mg - 114,47		
P - 540,03	Fe - 9,23	I - 175,62	Se - 39,97		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Саскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № С. Сколково

Григорьева

МЕНЮ

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№171 Каша перловая с овощами		150	170
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	584	483
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	306
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	831
Всего:	188,86	1 315	1 314

Для всего меню

В граммах
Белки 40,92
Жиры 43,14

Углеводы
173,94

вита - 260,87

Витамины в миллиграммах
витВ1 - 0,6 витВ2 - 0,64

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 819,15 K - 1 306,54 Ca - 196,92
P - 540,03 Fe - 9,23 I - 175,62

Mg - 114,47
Se - 39,97

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Григорьева Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Прямко

Е.А. Прямко

М Е Н Ю

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№171 Каша перловая с овощами		150	170
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	584	483
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью*		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы *		200	306
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	831
Всего:	188,86	1 315	1 314

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
40,92	43,14	173,94	вита А - 260,87 витВ1 - 0,6 витВ2 - 0,64

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 819,15	K - 1 306,54	Ca - 196,92	Mg - 114,47
P - 540,03	Fe - 9,23	I - 175,62	Se - 39,97

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Яблоко*, / 1.0/	Котлеты из мяса с соусом, / 1.0/	Каша перловая с овощами / 1.0/	Чай с лимоном / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода		0,00600	0,12000	0,20000	
2	Крупа перловая			0,04800		
3	Лимоны				0,00400	
4	Лук репчатый		0,00600	0,00700		
5	Масло подсолнечное		0,00300	0,00700		
7	Морковь			0,01300		
8	Мясо свинины		0,03700			
9	Сахар- песок				0,01500	
10	Соль поваренная пищевая йодированная			0,00200		
11	Сухари панировочные		0,00500			
12	Хлеб пшеничный		0,00900			0,03000
13	Чай				0,00100	
14	Яблоки калиброванные*	0,10000				
15	Вода*		0,05000			
16	Лук репчатый*		0,00120			
17	Масло подсолнечное 1 л *		0,00100			
18	Морковь*		0,00500			
19	Мука в/с*		0,00250			
20	Сахар-песок*		0,00075			
21	Соль йодированная*		0,00060			
22	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из белокочанной капусты с морковью / 1.0/	Суп-лапша домашняя с цыпленком,зел енью* / 1.0/	Жаркое из птицы * / 1.0/	Компот из смеси сухофруктов* / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Вода	0,00600	0,19000		0,20000		
2	Вода			0,02700			
3	Капуста белокочанная	0,05900					
4	Картофель			0,17100			
5	Лапша Домашняя 1 кг*		0,01600				
6	Лимонная кислота						
7	Лук репчатый		0,01000	0,01400			
8	Масло подсолнечное	0,00300	0,00400	0,00700			
12	Морковь	0,00800					
13	Мясо цыплят-бройлеров		0,01300	0,05100			
14	Паста томатная			0,00300			
15	Сахар- песок	0,00300			0,02000		
16	Смесь сухофруктов				0,02000		
17	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00100	0,00100	0,00200			
18	Укроп свежий		0,00100				
19	Хлеб пшеничный					0,03000	
20	Хлеб ржано пшеничный						0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Куликова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (Многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Сколково

Ерминова И.

М Е Н Ю

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	614	517
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	156
№259 Жаркое из птицы. **		250	317
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	815
Всего:	219,66	1 485	1 332

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 576,62	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,68
43,51	48,84	201,7			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 230,47	K - 1 584,83	Ca - 227,22	Mg - 136,36		
P - 603,71	Fe - 10,02	I - 227,06	Se - 45,72		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



ГБОУ СОШ Сколково (5-11 класс)



Директор школы №

на 03.10.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*,		100	47
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№171 Каша перловая с овощами*		180	203
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	614	517
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	156
№259 Жаркое из птицы. **		250	317
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	815
Всего:	219,66	1 485	1 332

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
43,51	48,84	201,7	вита - 576,62 витВ1 - 0,66 витВ2 - 0,68
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 230,47	K - 1 584,83	Ca - 227,22	Mg - 136,36
P - 603,71	Fe - 10,02	I - 227,06	Se - 45,72

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Яблоко*, / 1.0/	Котлеты из мяса с соусом. / 1.0/	Каша перловая с овощами* / 1.0/	Чай с лимоном / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода		0,00600	0,14000	0,20000	
2	Крупа перловая			0,05800		
3	Лимоны				0,00400	
4	Лук репчатый		0,00600	0,00900		
5	Масло подсолнечное		0,00300	0,00700		
7	Морковь			0,01500		
8	Мясо свинины		0,03700			
9	Сахар- песок				0,01500	
10	Соль поваренная пищевая йодированная			0,00200		
11	Сухари панировочные		0,00500			
12	Хлеб пшеничный		0,00900			0,03000
13	Чай				0,00100	
14	Яблоки калиброванные*	0,10000				
15	Вода*		0,05000			
16	Лук репчатый*		0,00120			
17	Масло подсолнечное 1 л *		0,00100			
18	Морковь*		0,00500			
19	Мука в/с*		0,00250			
20	Сахар-песок*		0,00075			
21	Соль йодированная*		0,00060			
22	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из белокачанной капусты с морковью. / 1.0/	Суп-лапша домашняя с цыпленком,зел енью** / 1.0/	Жаркое из птицы. ** / 1.0/	Компот из смеси сухофруктов* / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Вода	0,01000	0,23800		0,20000		
2	Вода			0,21400			
3	Капуста белокачанная	0,09900					
4	Картофель			0,22900			
5	Лапша Домашняя 1 кг*		0,02500				
6	Лимонная кислота						
7	Лук репчатый		0,01200	0,01900			
8	Масло подсолнечное	0,00500	0,00500	0,01000			
12	Морковь	0,01300					
13	Мясо цыплят-бройлеров		0,01300	0,06400			
14	Паста томатная			0,00400			
15	Сахар- песок	0,00500			0,02000		
16	Смесь сухофруктов				0,02000		
17	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00200	0,00100	0,00200			
18	Укроп свежий		0,00100				
19	Хлеб пшеничный					0,03000	
20	Хлеб ржано пшеничный						0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Пряхина Екатерина Александровна