

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Сколково

Брине Елена А.

Соскова К.Ю.

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

МЕНЮ

на 19.09.2025

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	витаВ1 - 0,6	витаВ2 - 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 Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Сколково

Ермилов Ермилов А.В.

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)

МЕНЮ

на 19.09.2025

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 А - 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 Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № с. Сколково

Ершине Ершине А.М.

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 19.09.2025

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

Фролова Л.Г.

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*		0,05600	0,12000	0,20000	
2	Лимоны*				0,00400	
3	Лук репчатый*		0,00720	0,00700		
4	Масло подсолнечное 1 л *		0,00400	0,00700		
6	Морковь*		0,00500	0,01300		
7	Мука в/с*		0,00250			
8	Мясо свинины*		0,03700			
9	Перловка весовая*			0,04800		
10	Сахар-песок*		0,00075		0,01500	
11	Соль йодированная*		0,00060	0,00200		
12	Сухари панировочные*		0,00500			
13	Томатная паста*		0,00200			0,03000
14	Хлеб пшеничный*		0,00900		0,00100	
15	Чай *					
16	Яблоки калиброванные*	0,10000				

Расход продуктов по блюдам - Обед

		День 5 Неделя 2					
N	Наименование	Салат из белокочанной капусты с морковью	Суп-лапша домашняя с цыпленком,зел енью*	Жаркое из птицы *	Компот из смеси сухофруктов*	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,02700			
2	Вода*	0,00600	0,19000		0,20000		
3	Капуста б/к*	0,05900					
4	Картофель*			0,17100			
5	Куры *		0,01300	0,05100			
6	Лапша Домашняя узкая 1,0 кг * Рахимов		0,01600				
7	Лимонная к-та*						
8	Лук репчатый*		0,01000	0,01400			
9	Масло подсолнечное 1 л *	0,00300	0,00400	0,00700			
13	Морковь*	0,00800			0,02000		
14	Сахар-песок*	0,00300			0,02000		
15	Смесь сухофруктов*						
16	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00200			
17	Томатная паста*			0,00300			
18	Укроп свежий*		0,00100			0,03000	
19	Хлеб пшеничный*						0,03000
20	Хлеб ржано пшеничный*						

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.Соснова

Ершова Ершова А.М.

МЕНЮ

на 19.09.2025

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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 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 Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Сколково

Бржине Бржине А.

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 19.09.2025

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

В граммах			
Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
43,51	48,84	201,7	вита А - 576,62
			витаВ1 - 0,66
			витаВ2 - 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

Фролова Л.Г

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*		0,05600	0,14000	0,20000	
2	Лимоны*				0,00400	
3	Лук репчатый*		0,00720	0,00900		
4	Масло подсолнечное 1 л *		0,00400	0,00700		
6	Морковь*		0,00500	0,01500		
7	Мука в/с*		0,00250			
8	Мясо свинины*		0,03700			
9	Перловка весовая*			0,05800		
10	Сахар-песок*		0,00075		0,01500	
11	Соль йодированная*		0,00060	0,00200		
12	Сухари панировочные*		0,00500			
13	Томатная паста*		0,00200			
14	Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000
15	Чай *				0,00100	
16	Яблоки калиброванные*	0,10000				

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			0,21400			
2	Вода*	0,01000	0,23800		0,20000		
3	Капуста б/к*	0,09900					
4	Картофель*			0,22900			
5	Куры *		0,01300	0,06400			
6	Лапша Домашняя узкая 1,0 кг * Рахимов		0,02500				
7	Лимонная к-та*						
8	Лук репчатый*		0,01200	0,01900			
9	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500	0,00500	0,01000			
13	Морковь*	0,01300					
14	Сахар-песок*	0,00500			0,02000		
15	Смесь сухофруктов*				0,02000		
16	Соль йодированная*	0,00200	0,00100	0,00200			
17	Томатная паста*			0,00400			
18	Укроп свежий*		0,00100				
19	Хлеб пшеничный*					0,03000	
20	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г