

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Сколково
Ершова Ершова Л.В.

Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Сколково (дети мобилизованных родителей 1-4 класс)

М Е Н Ю

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным		200/5	362
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	78,68	500	652
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		60	60
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	191
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	786	802
Всего:	188,86	1 286	1 454

Для всего меню

Белки		В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
54,77	Жиры	48,1		вита А - 376,51	витВ1 - 0,55	витВ2 - 0,91
			175,8	витС - 24,74	витаЕ - 0,36	витD - 3,12
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 349,39	K - 1 215,87	Ca - 367,54	Mg - 130,16			
P - 593,31	Fe - 9,35	I - 259,77	Se - 51,92			

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Сколково
Вркина / Вркина Л.А.

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)

МЕНЮ

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным		200/5	362
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	78,68	500	652
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		60	60
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	191
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	786	802
Всего:	188,86	1 286	1 454

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 376,51	витаВ1 - 0,55	витаВ2 - 0,91
54,77	48,1	175,8	витаС - 24,74	витаЕ - 0,36	витаD - 3,12
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 349,39	K - 1 215,87	Ca - 367,54	Mg - 130,16		
P - 593,31	Fe - 9,35	I - 259,77	Se - 51,92		

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Коордо
Ермиш Ермиш

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным		200/5	362
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	78,68	500	652
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		60	60
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	191
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	786	802
Всего:	188,86	1 286	1 454

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 376,51	витВ1 - 0,55	витВ2 - 0,91
54,77	48,1	175,8	витС - 24,74	витЕ - 0,36	витD - 3,12

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 349,39	K - 1 215,87	Ca - 367,54	Mg - 130,16
P - 593,31	Fe - 9,35	I - 259,77	Se - 51,92

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Яйцо вареное **	Каша молочная "Дружба" с м/сливочным...*	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный***
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,06000		
2	Вода*			0,21000	
3	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,10000		
5	Пшено*		0,01900		
6	Рис*		0,01300		
7	Сахар-песок*		0,00600	0,01500	
8	Соль йодированная*		0,00100		
9	Хлеб пшеничный*				0,03500
10	Чай *			0,00100	
11	Яйца *	1,00000			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцом*	Уха рыбацкая	Птица тушеная в томатном соусе	Макаронные изделия отварные с м/р*	Компот из свежих яблок	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,01000	0,22000	0,05000		0,17200		
2	Горбуша ,с/м , б/г ,потрошенная п/ф*		0,02800					
3	Капуста б/к*	0,05900						
4	Картофель*		0,08600					
5	Куры *			0,07100				
6	Лимонная к-та*							
7	Лук репчатый*		0,01200	0,00120				
8	Макаронные изделия в ассортименте*				0,05100			
9	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500	0,00200	0,00300	0,00500			
11	Морковь*	0,00900		0,00500				
12	Мука в/с*			0,00250				
13	Огурцы свежие*	0,00500						
14	Сахар-песок*	0,00300		0,00075		0,02400		
15	Соль йодированная*	0,00200	0,00100	0,00160	0,00200			
16	Томатная паста*			0,00400				
17	Укроп свежий*		0,00100					
18	Хлеб пшеничный*						0,03000	
19	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
20	Яблоки КОМПОТ*					0,04500		

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

Ершова Ершова А.М.

МЕНЮ

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным		250/5	325
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	91,52	550	614
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		100	60
№388 Уха рыбацкая с зеленью		15/250/1	150
№290/АКТ Птица тушеная в соусе		50/50	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	906	794
Всего:	219,66	1 456	1 409

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы		витА - 379,89	витВ1 - 0,57	витВ2 - 0,95
57,03	47,48	173,42		витС - 24,87	витЕ - 0,36	витD - 3,12
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 438,98	K - 1 257,15	Ca - 396,2	Mg - 138,09			
P - 626,89	Fe - 9,52	I - 271,48	Se - 52,48			

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ СЫТ"



Боскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № Бюджет

Брижине Брижине



МЕНЮ

на 29.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша молочная "Дружба" с м/сливочным		250/5	325
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	91,52	550	614
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцо		100	60
№388 Уха рыбацкая с зеленью		15/250/1	150
№290/АКТ Птица тушеная в соусе		50/50	120
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р		180	202
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	906	794
Всего:	219,66	1 456	1 409

Для всего меню

В граммах
Белки 57,03
Жиры 47,48

Углеводы
173,42

вита - 379,89
витС - 24,87

Витамины в миллиграммах
витВ1 - 0,57 витВ2 - 0,95
витЕ - 0,36 витD - 3,12

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 438,98 K - 1 257,15 Ca - 396,2
P - 626,89 Fe - 9,52 I - 271,48

Mg - 138,09
Se - 52,48

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Яйцо вареное	Каша молочная	Чай с сахаром	Хлеб
		**	"Дружба" с м/сливочным...*		пшеничный***
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,08000		
2	Вода*			0,21000	
3	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,12500		
5	Пшено*		0,02400		
6	Рис*		0,01600		
7	Сахар-песок*		0,00800	0,01500	
8	Соль йодированная*		0,00100		
9	Хлеб пшеничный*				0,03500
10	Чай *			0,00100	
11	Яйца *	1,00000			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 2

		Салат из белокачанной капусты с морковью и огурцом	Уха рыбацкая с зеленую*	Птица тушеная в соусе	Макаронные изделия отварные с м/р.	Компот из свежих яблок	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
N	Наименование	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,01000	0,27500	0,05000		0,17200		
2	Горбуша ,с/м , б/г ,потрошенная п/ф*		0,04300					
3	Капуста б/к*	0,09900						
4	Картофель*		0,09700					
5	Куры *			0,07100				
6	Лимонная к-та*							
7	Лук репчатый*		0,01800	0,00120				
8	Макаронные изделия в ассортименте*				0,06100			
9	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500	0,00300	0,00300	0,00500			
11	Морковь*	0,01300		0,00500				
12	Мука в/с*			0,00250				
13	Огурцы свежие*	0,01000						
14	Сахар-песок*	0,00500		0,00075		0,02400		
15	Соль йодированная*	0,00200	0,00100	0,00160	0,00200			
16	Томатная паста*			0,00400				
17	Укроп свежий*		0,00200					
18	Хлеб пшеничный*						0,03000	
19	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
20	Яблоки КОМПОТ*					0,04500		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.