



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



"СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы №  
*Соскова К.Ю.*

Соскова К.Ю.  
ГБОУ СОШ Сколково ( многодетные 5-11 класс)

**МЕНЮ**

на 12.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		100	35
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	86,75	625	590
<b>Обед</b>			
№57 Салат из редьки		100	88
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	896	953
Всего:	208,21	1 521	1 543

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
41,05	50,12	206,44	витА - 377,95	витВ1 - 0,77	витВ2 - 0,94
			витС - 47,23	витРР - 0,24	витЕ - 0,2
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 528,56	K - 2 043,87	Ca - 315,58	Mg - 235,97		
P - 648,25	Fe - 10,93	I - 315,23	Se - 29,24		

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

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г.



Соскова К.Ю.

БОУ СОШ Сколково (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

**МЕНЮ**

на 12.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		100	35
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>	<b>625</b>	<b>590</b>
<b>Обед</b>			
№57 Салат из редьки		100	88
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>121,46</b>	<b>896</b>	<b>953</b>
<b>Всего:</b>	<b>208,21</b>	<b>1 521</b>	<b>1 543</b>

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2	
41,05	50,12	206,44	- 377,95	- 0,77	- 0,94	
			- 47,23	- 0,24	- 0,2	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 528,56	K - 2 043,87	Ca - 315,58	Mg - 235,97			
P - 648,25	Fe - 10,93	I - 315,23	Se - 29,24			

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

Наименование	Салат из квашеной капусты..	Рыба запеченая под молочным соусом	Пюре картофельное с м/сливоч..	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный*.*
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
Вода*		0,02500		0,21000	
Капуста квашенная*	0,09000		0,23500		
Картофель*					
Лук репчатый*	0,01190	0,00700			
Масло подсолнечное 1 л *	0,00500				
Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00650	0,00500		
Минтай С/М , Б/Г, П/Ф*		0,07400			
Молоко ф/л 2,5% 1л.*		0,02500	0,02800		
Мука в/с*		0,00550			
Сахар-песок*	0,00500			0,01500	
Соль йодированная*		0,00100	0,00180		
Сыр *		0,00220			
Хлеб пшеничный*					0,04500
Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Салат из редьки	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленой..	Шницель из мяса с соусом,	Каша гречневая с маслом сл.	Компот из кураги.+ С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вода*		0,20000	0,05600	0,14400	0,20300		
3	Гречка *				0,04500			
4	Капуста б/к*		0,02500					
5	Картофель*		0,03100					
6	Курага*					0,02000		
7	Лимонная к-та*					0,00020		
8	Лук репчатый*	0,01190	0,01200	0,00720				
9	Масло подсолнечное 1 л *	0,01000	0,00500	0,00400				
10	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00600			
13	Морковь*		0,01250	0,00500				
14	Мука в/с*			0,00250				
15	Мясо свинины*			0,03700				
16	Редька*	0,12140						
17	Сахар-песок*		0,00250	0,00075		0,02000		
18	Свекла*		0,05000					
19	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
20	Соль йодированная*	0,00100	0,00125	0,00060	0,00200			
21	Сухари панировочные*			0,00500				
22	Томатная паста*		0,00300	0,00200				
23	Укроп свежий*		0,00100					
24	Хлеб пшеничный*			0,00900			0,03000	
25	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

Директор школы №



**МЕНЮ**

на 12.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		60	47
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>555</b>	<b>575</b>
<b>Обед</b>			
№57 Салат из редьки		60	47
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>776</b>	<b>840</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 331</b>	<b>1 415</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
38,51	44,89	191,38	- 375,37	- 0,85	- 0,99
			витС - 50,38	витРР - 0,34	витD - 10,79

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 965,59	K - 2 130,78	Ca - 324,48	Mg - 282,24
P - 724,52	Fe - 12,35	I - 351,51	Se - 30,62

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г



Соскова К.Ю.

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

**МЕНЮ**

на 12.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		60	47
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>555</b>	<b>575</b>
<b>Обед</b>			
№57 Салат из редьки		60	47
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>776</b>	<b>840</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 331</b>	<b>1 415</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 375,37	витВ1 - 0,85	витВ2 - 0,99
38,51	44,89	191,38	витС - 50,38	витРР - 0,34	витD - 10,79

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 965,59	K - 2 130,78	Ca - 324,48	Mg - 282,24
P - 724,52	Fe - 12,35	I - 351,51	Se - 30,62

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

Наименование	Салат из квашеной капусты*	Рыба запеченная под молочным соусом	Пюре картофельное с м/сливоч.	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный*.*
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
Вода*		0,02500		0,21000	
Капуста квашенная*	0,05400				
3 Картофель*			0,19800		
4 Лук репчатый*	0,00714	0,00700			
5 Масло подсолнечное 1 л *	0,00300				
6 Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00650	0,00500		
8 Минтай С/М , Б/Г, П/Ф*		0,07400			
9 Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,02500	0,02370		
10 Мука в/с*		0,00550			
11 Сахар-песок*	0,00300			0,01500	
12 Соль йодированная*		0,00100	0,00150		
13 Сыр *		0,00220			
14 Хлеб пшеничный*					0,04500
15 Чай *				0,00100	

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Салат из редьки**	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью:	Шницель из мяса с соусом,	Каша гречневая рассыпчатая,	Компот из кураги. + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вода*		0,16000	0,05600	0,10500	0,20300		
3	Гречка *				0,07140			
4	Капуста б/к*		0,02000					
5	Картофель*		0,02500					
6	Курага*					0,02000		
7	Лимонная к-та*					0,00020		
8	Лук репчатый*	0,00714	0,00960	0,00720				
9	Масло подсолнечное 1 л *	0,00600	0,00400	0,00400				
10	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
13	Морковь*		0,01000	0,00500				
14	Мука в/с*			0,00250				
15	Мясо свинины*			0,03700				
16	Редька*	0,07280						
17	Сахар-песок*		0,00200	0,00075		0,02000		
18	Свекла*		0,04000					
19	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
20	Соль йодированная*	0,00200	0,00100	0,00060	0,00100			
21	Сухари панировочные*			0,00500				
22	Томатная паста*		0,00240	0,00200				
23	Укроп свежий*		0,00100					
24	Хлеб пшеничный*			0,00900			0,03000	
25	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.



«ДАО»  
 «Детское питание «Здоровый Сыт»»

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково ( 1-4 класс)



**М Е Н Ю**

на 12.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		60	47
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	74,58	555	575
Всего:	74,58	555	575

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
14,68	15,09	74,21	46,75	0,25	0,37
			витС - 25,69	витРР - 0,19	витD - 10,36
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 187,59	K - 1 061,13	Ca - 161,28	Mg - 82,82		
P - 308,73	Fe - 3,31	I - 180,71	Se - 13,46		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

Наименование	Салат из квашеной капусты*, / 1.0/	Рыба запеченая под молочным соусом / 1.0/	Пюре картофельное с м/сливоч. / 1.0/	Чай с сахаром / 1.0/	Хлеб пшеничный** / 1.0/
1 Вода*		0,02500		0,21000	
2 Капуста квашенная*	0,05400				
3 Картофель*			0,19800		
4 Лук репчатый*	0,00714	0,00700			
5 Масло подсолнечное 1 л *	0,00300				
6 Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00650	0,00500		
8 Минтай С/М , Б/Г,П/Ф*		0,07400			
9 Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,02500	0,02370		
10 Мука в/с*		0,00550			
11 Сахар-песок*	0,00300			0,01500	
12 Соль йодированная*		0,00100	0,00150		
13 Сыр *		0,00220			
14 Хлеб пшеничный*					0,04500
15 Чай *				0,00100	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г