

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО «ДП «Здоров и Сыт»



Соскова К.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 15.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Итого:	74,58	555	575
Обед			
№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
Итого:	104,43	776	840
Всего:	179,01	1 331	1 415

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 375,37	витаВ1 - 0,85	витаВ2 - 0,99
38,51	44,89	191,38	витаС - 50,38	витаРР - 0,34	витаD - 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)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДТ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 15.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Итого:	74,58	555	575
Обед			
№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
Итого:	104,43	776	840
Всего:	179,01	1 331	1 415

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)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Салат из	Рыба	Пюре	Чай с сахаром	Хлеб
		квашеной капусты*,	запеченая под молочным соусом	картофельное с м/сливоч.		пшеничный*.*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 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	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Салат из	Борщ из	Шницель из	Каша	Компот из	Хлеб	Хлеб ржано
		редьки**	свежей капусты с картофелем сметаной зеленью:	мяса с соусом,	гречневая рассыпчатая,	кураги.+ С витамин	пшеничный	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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



М Е Н Ю

на 15.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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 - 46,75	витВ1 - 0,25	витВ2 - 0,37
14,68	15,09	74,21	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)

Калькулятор

Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

N	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.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ЖДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



Ершова А.И.

МЕНЮ

на 15.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Итого:	86,75	625	590
Обед			
№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

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 377,95	витВ1 - 0,77	витВ2 - 0,94
41,05	50,12	206,44	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

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

N	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/
1	Вода*		0,02500		0,21000	
2	Капуста квашенная*	0,09000				
3	Картофель*			0,23500		
4	Лук репчатый*	0,01190	0,00700			
5	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500				
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	0,02800		
10	Мука в/с*		0,00550			
11	Сахар-песок*	0,00500			0,01500	
12	Соль йодированная*		0,00100	0,00180		
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 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