

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор ООО "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"
 ООО "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы №



МЕНЮ на 15.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		180	220
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	570	851
Обед			
№75 Икра морковная		100	115
№388 Уха рыбацкая		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	1 037
Всего:	208,21	1 476	1 888

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 1	ВИТВ1 - 0,61	ВИТВ2 - 0,56
43,62	84,4	233,74	017,44	ВИТЕ - 0,36	ВИТD - 0,51
			ВИТС - 15,65		

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 079,57	K - 842,11	Ca - 168,84	Mg - 124,43
P - 592,79	Fe - 9,63	I - 215,85	Se - 35,68

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Сколково (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

М Е Н Ю на 15.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		180	220
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	570	851
Обед			
№75 Икра морковная		100	115
№388 Уха рыбацкая		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	1 037
Всего:	208,21	1 476	1 888

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,62	84,4	233,74	вита А - 1 017,44	витаВ1 - 0,61	витаВ2 - 0,56
			витаС - 15,65	витаЕ - 0,36	витаD - 0,51
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 079,57	K - 842,11	Ca - 168,84	Mg - 124,43		
P - 592,79	Fe - 9,63	I - 215,85	Se - 35,68		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

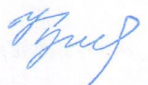
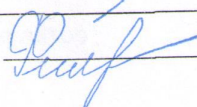
День 1 Неделя 2

Наименование	Печенье,...	Котлеты из мяса с соусом.	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным,,	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
Вода*		0,05600	0,14400	0,21000	
2 Лук репчатый*		0,00720			
3 Масло подсолнечное 1 л *		0,00400			
4 Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
6 Морковь*		0,00500			
7 Мука в/с*		0,00250			
8 Мясо свинины*		0,03700	0,05870		
9 Перловка весовая*					
10 Печенье весовое*	0,06000				
11 Сахар-песок*		0,00075		0,01500	
12 Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
13 Сушари панировочные*		0,00500			
14 Томатная паста*		0,00200			
15 Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000
16 Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Икра морковная..	Уха рыбацкая *	Сосиски отварные с томатным соусом	Макаронные изделия отварные. **	Компот из свежих яблок + 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*		0,27500	0,05000		0,17200		
3	Горбуша ,с/м , б/г ,потрошенная п\ф*		0,04260					
4	Картофель*		0,11500					
5	Лимонная к-та*					0,00020		
6	Лук репчатый*	0,02080	0,01825	0,00120				
7	Макаронные изделия в ассортименте*				0,06108			
8	Масло подсолнечное 1 л *	0,00750	0,00330	0,00100				
9	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
10	Морковь*	0,09500		0,00500				
11	Мука в/с*			0,00250				
12	Сахар-песок*	0,00167		0,00075		0,02400		
13	Соль йодированная*	0,00167	0,00125	0,00060	0,00180			
14	Сосиски *			0,05100				
15	Томатная паста*	0,01000		0,00200				
16	Укроп свежий*		0,00150				0,03000	
17	Хлеб пшеничный*							0,03000
18	Хлеб ржано пшеничный*							
19	Яблоки КОМПОТ*					0,04540		

Зав. производством  (Куликова Л.А)Калькулятор  Фролова Л.Г



КДАЮ"
гор
"КДП" ЗДОРОВ И СЫТ"

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

Директор школы №



МЕНЮ

на 15.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	800
Обед			
№75 Икра морковная		60	69
№388 Уха рыбацкая		15/200/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	957
Всего:	179,01	1 326	1 757

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
40,78	78,93	216,24	- 1 017,44	- 0,61	- 0,56
			витС - 15,65	витЕ - 0,36	витD - 0,51

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 079,57	K - 842,11	Ca - 168,84	Mg - 124,43
P - 592,79	Fe - 9,63	I - 215,85	Se - 35,68

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г



Директор школы №



Соскова К.Ю.

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

М Е Н Ю

на 15.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	800
Обед			
№75 Икра морковная		60	69
№388 Уха рыбацкая		15/200/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	957
Всего:	179,01	1 326	1 757

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	вита В1 -	вита В2 -
40,78	78,93	216,24	1 017,44	0,61	0,56
			вита С - 15,65	вита Е - 0,36	вита D - 0,51
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 079,57	K - 842,11	Ca - 168,84	Mg - 124,43		
P - 592,79	Fe - 9,63	I - 215,85	Se - 35,68		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

Наименование	День 1 Неделя 2				
	Печенье,...	Котлеты из мяса с соусом.	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1 Вода*		0,05600	0,12000	0,21000	
2 Лук репчатый*		0,00720			
3 Масло подсолнечное 1 л *		0,00400			
4 Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
6 Морковь*		0,00500			
7 Мука в/с*		0,00250			
8 Мясо свинины*		0,03700			
9 Перловка весовая*			0,04890		
10 Печенье весовое*	0,06000				
11 Сахар-песок*		0,00075		0,01500	
12 Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
13 Сухари панировочные*		0,00500			
14 Томатная паста*		0,00200			
15 Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000
16 Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

N	Наименование	День 1 Неделя 2					
		Икра морковная:	Уха рыбацкая	Сосиски отварные с томатным соусом	Макаронные изделия отварные **	Компот из свежих яблок + С витамин	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002	
2	Вода*		0,22000	0,05000		0,17200	
3	Горбуша ,с/м , б/г ,потрошенная п/ф*		0,04260				
4	Картофель*		0,09200				
5	Лимонная к-та*					0,00020	
6	Лук репчатый*	0,01248	0,01460	0,00120			
7	Макаронные изделия в ассортименте*				0,05090		
8	Масло подсолнечное 1 л *	0,00450	0,00260	0,00100			
9	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500		
10	Морковь*	0,05700		0,00500			
11	Мука в/с*			0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00100		0,00075		0,02400	
13	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00060	0,00150		
14	Сосиски *			0,05100			
15	Томатная паста*	0,00600		0,00200			
16	Укроп свежий*		0,00120				
17	Хлеб пшеничный*					0,03000	
18	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
19	Яблоки КОМПОТ*					0,04540	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 2

Наименование	Печенье,...	Котлеты из мяса с соусом.	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1 Вода*		0,05600	0,12000	0,21000	
2 Лук репчатый*		0,00720			
3 Масло подсолнечное 1 л *		0,00400			
4 Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
6 Морковь*		0,00500			
7 Мука в/с*		0,00250			
8 Мясо свинины*		0,03700			
9 Перловка весовая*			0,04890		
10 Печенье весовое*	0,06000				
11 Сахар-песок*		0,00075		0,01500	
12 Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
13 Сухари панировочные*		0,00500			
14 Томатная паста*		0,00200			
15 Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000
16 Чай *				0,00100	

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г