

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДЛ "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

Директор школы №



**МЕНЮ**

на 17.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>544</b>	<b>512</b>
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		200	104
№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>770</b>	<b>882</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 314</b>	<b>1 394</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
40,9	44,79	195,66	- 1 609,31	- 0,82	- 0,7
			витС - 14,07	витЕ - 0,37	витD - 1,02

**Минеральные вещества в миллиграммах**

Na - 2 092,04	K - 1 253,17	Ca - 190,59	Mg - 244,82
P - 586,42	Fe - 11,43	I - 204,19	Se - 17,39

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г



Соскова К.Ю.

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

**МЕНЮ**

на 17.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>544</b>	<b>512</b>
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		200	104
№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>770</b>	<b>882</b>
<b>Всего:</b>	<b>179,01</b>	<b>1 314</b>	<b>1 394</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
40,9	44,79	195,66	- 1 609,31	- 0,82	- 0,7
			витС - 14,07	витЕ - 0,37	витD - 1,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 092,04	K - 1 253,17	Ca - 190,59	Mg - 244,82
P - 586,42	Fe - 11,43	I - 204,19	Se - 17,39

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

Наименование	Салат из моркови (припуц.) и кураги*	Фрикадельки из птицы с томатным соусом.	Макаронные изделия отварные **	Чай с лимоном**	Хлеб пшеничный
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,06100		0,20000	
2	Курага*	0,00402			
3	Куры *	0,04900	0,4		
4	Лимоны*			0,00400	
5	Лук репчатый*	0,00120			
6	Макаронные изделия в ассортименте*		0,05090		
7	Масло подсолнечное 1 л *	0,00100			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
10	Морковь*	0,07000	0,00500		
11	Мука в/с*		0,00250		
12	Сахар-песок*	0,00300	0,00075	0,01500	
13	Соль йодированная*		0,00060	0,00150	
14	Томатная паста*		0,00200		
15	Хлеб пшеничный*	0,00800			0,03000
16	Чай *			0,00100	

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Винегрет овощной	Суп картофельный с клецками и 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*		0,16900	0,05600	0,10500	0,20300		
3	Гречка *				0,07140			
4	Картофель*	0,01950	0,06200					
5	Курага*					0,02000		
6	Лимонная к-та*					0,00020		
7	Лук репчатый*	0,01074	0,00960	0,00720				
8	Масло подсолнечное 1 л *	0,00600	0,00260	0,00400				
9	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00130		0,00500			
12	Морковь*	0,00756	0,01000	0,00500				
13	Мука в/с*		0,01232	0,00250				
14	Мясо свинины*			0,03700				
15	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,01128		0,00075		0,02000		
16	Сахар-песок*							
17	Свекла*	0,01146						
18	Соль йодированная*	0,00100	0,00130	0,00060	0,00100			
19	Сухари панировочные*			0,00500				
20	Томатная паста*			0,00200				
21	Укроп свежий*		0,00100					
22	Хлеб пшеничный*			0,00900			0,03000	
23	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
24	Яйца *		0,07040					

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г



"Согласовано"  
 Директор школы №...

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

**МЕНЮ** на 17.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		100	64
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>	<b>614</b>	<b>571</b>
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		250	104
№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>890</b>	<b>981</b>
<b>Всего:</b>	<b>208,21</b>	<b>1 504</b>	<b>1 552</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
44,87	50,9	217,41	1 692,55	0,76	0,67
			витС - 15,84	витЕ - 0,37	витD - 1,03

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 566,55	K - 1 265,46	Ca - 194,21	Mg - 206,71
P - 535,06	Fe - 10,22	I - 239,72	Se - 16,16

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



РЖДАЮ  
ектор  
ОО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Соскова К.Ю.

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



Директор школы №

**МЕНЮ**

на 17.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		100	64
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>	<b>614</b>	<b>571</b>
<b>Обед</b>			
№67 Винегрет овощной		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		250	104
№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>890</b>	<b>981</b>
<b>Всего:</b>	<b>208,21</b>	<b>1 504</b>	<b>1 552</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 1	витВ1 - 0,76	витВ2 - 0,67
44,87	50,9	217,41	692,55	0,37	1,03
Минеральные вещества в миллиграммах			витаС - 15,84	витЕ - 0,37	витD - 1,03
Na - 2 566,55	K - 1 265,46	Ca - 194,21	Mg - 206,71		
P - 535,06	Fe - 10,22	I - 239,72	Se - 16,16		

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

Наименование	Салат из моркови (припуц.) и кураги** / 1.0/	Фрикадельки из птицы с томатным соусом. / 1.0/	Макаронные изделия отварные. ** / 1.0/	Чай с лимоном** / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1 Вода*		0,06100		0,20000	
2 Курага*	0,00670				
3 Куры *		0,04900		0,00400	
4 Лимоны*		0,00120			
5 Лук репчатый*			0,06108		
6 Макароны изделия в ассортименте*		0,00100			
7 Масло подсолнечное 1 л *			0,00500		
8 Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500			
10 Морковь*	0,11666	0,00250			
11 Мука в/с*		0,00075		0,01500	
12 Сахар-песок*	0,00500	0,00060	0,00180		
13 Соль йодированная*		0,00200			
14 Томатная паста*		0,00800			0,03000
15 Хлеб пшеничный*				0,00100	
16 Чай *					

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Винегрет овощной , / 1.0/	Суп картофельный с клецками и зеленью*...* / 1.0/	Шницель из мяса с соусом, / 1.0/	Каша гречневая с маслом сл. / 1.0/	Компот из кураги.+ С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вода*		0,21400	0,05600	0,14400	0,20300		
3	Гречка *				0,04500			
4	Картофель*	0,03231	0,07700			0,02000		
5	Курага*					0,00020		
6	Лимонная к-та*			0,00720				
7	Лук репчатый*	0,01800	0,01200	0,00400				
8	Масло подсолнечное 1 л *	0,01000	0,00330					
9	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00163		0,00600			
12	Морковь*	0,01250	0,01250	0,00500				
13	Мука в/с*		0,01540	0,00250				
14	Мясо свинины*			0,03700				
15	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,03800		0,00075		0,02000		
16	Сахар-песок*							
17	Свекла*	0,01875						
18	Соль йодированная*	0,00100	0,00163	0,00060	0,00200			
19	Сухари панировочные*			0,00500				
20	Томатная паста*			0,00200				
21	Укроп свежий*		0,00100				0,03000	
22	Хлеб пшеничный*			0,00900				0,03000
23	Хлеб ржано пшеничный*							
24	Яйца *		0,08800					

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.



РЖДАЮ  
 директор  
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

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



**МЕНЮ** на 17.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	512
Всего:	74,58	544	512

Для всего меню

	В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы		вита А - 1	витаВ1 - 0,22	витаВ2 - 0,16
16,23	13,15	72,05		витаС - 5,93	витаЕ - 0,37	витаD - 0,51
				Минеральные вещества в миллиграммах		
Na - 604,97	K - 279,63	Ca - 81,06		Mg - 56,63		
P - 181,19	Fe - 3,19	I - 58,48		Se - 1,91		

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

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Салат из моркови (припущ.) и кураги*	Фрикадельки из птицы с томатным соусом.	Макаронные изделия отварные **	Чай с лимоном**	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,06100		0,20000	
2	Курага*	0,00402				
3	Куры *		0,04900			
4	Лимоны*				0,00400	
5	Лук репчатый*		0,00120			
6	Макаронные изделия в ассортименте*			0,05090		
7	Масло подсолнечное 1 л *		0,00100			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
10	Морковь*	0,07000	0,00500			
11	Мука в/с*		0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00300	0,00075		0,01500	
13	Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
14	Томатная паста*		0,00200			
15	Хлеб пшеничный*		0,00800			0,03000
16	Чай *				0,00100	

Зав. производством  (Куликова Л.А.)

Калькулятор  Фролова Л.Г.