

УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (Дети мобилизованных родителей 4 класс)



МЕНЮ

на 21.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье,...		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным		150	101
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	586
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	206
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	823
Всего:	198,82	1 530	1 441

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 240,32	витВ1 - 0,72	витВ2 - 0,54
43,02	47,7	191,93	витС - 19,66	витЕ - 0,36	витD - 0,87

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 076,74	K - 903,78	Ca - 173,3	Mg - 137,7
P - 557,08	Fe - 10,09	I - 217,19	Se - 24,91

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

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

*Ермилова* *Л.А.Ш. Ермаева*



**МЕНЮ**

на 21.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье,...		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным		150	101
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	586
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	206
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	823
Всего:	198,82	1 530	1 441

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 240,32	витВ1 - 0,72	витВ2 - 0,54
43,02	47,7	191,93	витС - 19,66	витЕ - 0,36	витD - 0,87
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 076,74	K - 903,78	Ca - 173,3	Mg - 137,7		
P - 557,08	Fe - 10,09	I - 217,19	Se - 24,91		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Пряникова Екатерина Александровна



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

**МЕНЮ**

на 21.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье,...		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша пшениная рассыпчатая с маслом сливочным		150	101
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	586
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	206
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	823
Всего:	198,82	1 530	1 441

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,02	47,7	191,93	вита А - 240,32	витВ1 - 0,72	витВ2 - 0,54
			витС - 19,66	витЕ - 0,36	витD - 0,87
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 076,74	K - 903,78	Ca - 173,3	Mg - 137,7		
P - 557,08	Fe - 10,09	I - 217,19	Se - 24,91		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Пряникова Екатерина Александровна

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

Наименование	День 1 Неделя 2				
	Печенье,...	Котлеты из мяса с соусом.	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	Чай с лимоном	Хлеб пшеничный
	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,05600	0,10600	0,20000	
2	Лимоны*			0,00400	
3	Лук репчатый*	0,00720			
4	Масло подсолнечное 1 л *	0,00400			
5	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
7	Морковь*	0,00500			
8	Мука в/с*	0,00250			
9	Мясо свинины*	0,03700			
10	Печенье весовое*	0,06000			
11	Пшено*		0,05900		
12	Сахар-песок*	0,00075		0,01500	
13	Соль йодированная*	0,00060	0,00200		
14	Сухари панировочные*	0,00500			
15	Томатная паста*	0,00200			
16	Хлеб пшеничный*	0,00900			0,03000
17	Чай *			0,00100	

## Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

N	Наименование	День 1 Неделя 2	
		Компот из свежемороженых ягод + витамин С	
		/ 1.0/	
1	Аскорбиновая кислота *		
2	Вода*	0,17300	
3	Компотная смесь замороз *	0,02100	
4	Сахар-песок*	0,01500	

## Расход продуктов по блюдам - Обед

N	Наименование	День 1 Неделя 2					
		Салат из белокачанной капусты с морковью	Уха рыбацкая	Сосиски отварные с томатным соусом	Макаронные изделия отварные **	Компот из свежих яблок	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,00600	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*		0,08000				
5	Лимонная к-та*						
6	Лук репчатый*		0,01200	0,00120			
7	Макаронные изделия в ассортименте*				0,05100		
8	Масло подсолнечное 1 л *	0,00300	0,00200	0,00100			
9	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500		
10	Морковь*	0,00800		0,00500			
11	Мука в/с*			0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00300		0,00075		0,02400	
13	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00060	0,00200		
14	Сосиски *			0,05100			
15	Томатная паста*			0,00200			
16	Укроп свежий*		0,00100				
17	Хлеб пшеничный*					0,03000	
18	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
19	Яблоки КОМПОТ*					0,04500	

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

Калькулятор \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Пряникова Екатерина Александровна

ДАЮ"  
тор  
ОО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (Многодетные 5-11 класс)



**МЕНЮ**

на 21.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным *		180	84
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	680
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№388 Уха рыбацкая *		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	172
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	952
Всего:	228,02	1 680	1 664

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 320,89	ВИТВ1 - 0,68	ВИТВ2 - 0,55
47,28	55,5	218,33	ВИТС - 25,53	ВИТЕ - 0,36	ВИТD - 0,87

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 277,79	K - 989,85	Ca - 172,43	Mg - 131,72
P - 514,21	Fe - 9,04	I - 241,8	Se - 27,67

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

Калькулятор \_\_\_\_\_

Пряникова Екатерина Александровна

ДАЮ"  
ктор  
ОО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы № \_\_\_\_\_

*Ершина* / *А.И. Ершина*

**МЕНЮ**

на 21.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным *		180	84
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	680
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№388 Уха рыбацкая *		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	172
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	952
Всего:	228,02	1 680	1 664

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 320,89	витВ1 - 0,68	витВ2 - 0,55
47,28	55,5	218,33	витС - 25,53	витЕ - 0,36	витD - 0,87

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 277,79	K - 989,85	Ca - 172,43	Mg - 131,72
P - 514,21	Fe - 9,04	I - 241,8	Se - 27,67

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

Калькулятор \_\_\_\_\_

*Ершина* / *А.И. Ершина*  
Пряникова Екатерина Александровна

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

Наименование	День 1 Неделя 2				
	Печенье**	Котлеты из мяса с соусом.	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным *	Чай с лимоном	Хлеб пшеничный
1	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
2		0,05600	0,12700	0,20000	
3				0,00400	
4		0,00720			
5		0,00400			
7			0,00500		
8		0,00500			
9		0,00250			
10		0,03700			
11	0,06000				
12			0,07100		
13		0,00075		0,01500	
14		0,00060	0,00200		
15		0,00500			
16		0,00200			
17		0,00900			0,03000
				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

N	Наименование	День 1 Неделя 2	
		Компот из свежзамороженных ягод + витамин С	
1	Аскорбиновая кислота *	/ 1.0/	
2	Вода*	0,17300	
3	Компотная смесь замороз *	0,02100	
4	Сахар-песок*	0,01500	

Расход продуктов по блюдам - Обед

N	Наименование	День 1 Неделя 2					
		Салат из белокочанной капусты с морковью.	Уха рыбацкая *	Сосиски отварные с томатным соусом	Макаронные изделия отварные. **	Компот из свежих яблок	Хлеб пшеничный
1	Вода*	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
2	Горбуша ,с/м , б/г ,потрошенная п\ф*	0,01000	0,27500	0,05000		0,17200	
3	Капуста б/к*	0,09900	0,04300				
4	Картофель*		0,11500				
5	Лимонная к-та*		0,01800	0,00120			
6	Лук репчатый*		0,01800				
7	Макаронные изделия в ассортименте*				0,06100		
8	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500	0,00300	0,00100	0,00500		
9	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500		
10	Морковь*	0,01300		0,00500			
11	Мука в/с*			0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00500		0,00075			
13	Соль йодированная*	0,00200	0,00100	0,00060		0,02400	
14	Сосиски *			0,05100	0,00200		
15	Томатная паста*			0,00200			
16	Укроп свежий*		0,00200				
17	Хлеб пшеничный*						0,03000
18	Хлеб ржано пшеничный*						
19	Яблоки КОМПОТ*					0,04500	0,03000

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

Калькулятор Куликова Екатерина Александровна