

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



Директор школы №



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

М Е Н Ю

на 22.05.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №52 Салат из свеклы отварной | | 100 | 93 |
| №289 Рагу овощное из птицы | | 250 | 279 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 93 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Итого: | 86,75 | 595 | 635 |
| Обед | | | |
| №ПР Печенье | | 60 | 260 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью | | 250/1 | 118 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст | | 180 | 292 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 121,46 | 851 | 1 136 |
| Всего: | 208,21 | 1 446 | 1 771 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------|---------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита - | витВ1 - | витВ2 - |
| 55,61 | 53,15 | 242,99 | 641,94 | 1,12 | 0,9 |
| | | | 25,72 | 0,36 | 2 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 3 100,76 | K - 2 185,01 | Ca - 343,69 | Mg - 217,07 |
| P - 756,66 | Fe - 14,59 | I - 307,29 | Se - 32,94 |

Зав. производством  (Куликова Л.А)

Калькулятор  Фролова Л.Г

ПРАВДАЮ

Директор ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 22.05.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №52 Салат из свеклы отварной | | 100 | 93 |
| №289 Рагу овощное из птицы | | 250 | 279 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 93 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Итого: | 86,75 | 595 | 635 |
| Обед | | | |
| №ПР Печенье | | 60 | 260 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью | | 250/1 | 118 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст | | 180 | 292 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 121,46 | 851 | 1 136 |
| Всего: | 208,21 | 1 446 | 1 771 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах | | |
| 55,61 | 53,15 | 242,99 | вита - 641,94 | витВ1 - 1,12 | витВ2 - 0,9 |
| | | | витС - 25,72 | витЕ - 0,36 | витD - 2 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 3 100,76 | K - 2 185,01 | Ca - 343,69 | Mg - 217,07 | | |
| P - 756,66 | Fe - 14,59 | I - 307,29 | Se - 32,94 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 1

| N | Наименование | Салат из свеклы отварной | Рагу овощное из птицы.. | Чай с сахаром | Хлеб пшеничный*.* |
|----|--------------------------|--------------------------|-------------------------|---------------|-------------------|
| | | / 1.0/ | / 1.0/ | / 1.0/ | / 1.0/ |
| 1 | Вода | | 93,75000 | | |
| 2 | Вода* | | | 0,21000 | |
| 3 | Картофель* | | 0,18500 | | |
| 4 | Куры * | | 0,06400 | | |
| 5 | Лук репчатый* | | 0,01800 | | |
| 6 | Масло подсолнечное 1 л * | 0,00600 | 0,00780 | | |
| 9 | Морковь* | | 0,03150 | | |
| 10 | Мука в/с* | | 0,00150 | | |
| 11 | Сахар-песок* | | | 0,01500 | |
| 12 | Свекла* | 0,12120 | | | |
| 13 | Соль йодированная* | 0,00200 | 0,00125 | | |
| 14 | Томатная паста* | | 0,00300 | | |
| 15 | Хлеб пшеничный* | | | | 0,04500 |
| 16 | Чай * | | | 0,00100 | |

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 1

| N | Наименование | Печенье,... | Суп картофельный с вермишелью, зеленью | Тефтели тушеные в соусе " | Пюре из бобовых с м/раст... | Компот из изюма + 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 | Вермишель* | | 0,01000 | | | | | |
| 3 | Вода | | 0,17500 | | | | | |
| 4 | Вода* | | | 0,06000 | 0,21800 | 0,20300 | | |
| 5 | Горох* | | | | 0,08730 | | | |
| 6 | Изюм* | | | | | 0,01500 | | |
| 7 | Картофель* | | 0,10000 | | | | | |
| 8 | Лимонная к-та* | | | | | 0,00020 | | |
| 9 | Лук репчатый* | | 0,01200 | 0,02120 | | | | |
| 10 | Масло подсолнечное 1 л * | | 0,00250 | 0,00650 | 0,00360 | | | |
| 14 | Морковь* | | 0,01250 | 0,00500 | | | | |
| 15 | Мука в/с* | | | 0,00580 | | | | |
| 16 | Мясо свинины* | | | 0,03160 | | | | |
| 17 | Печенье весовое* | 0,06000 | | | | | | |
| 18 | Сахар-песок* | | | 0,00075 | | 0,02000 | | |
| 19 | Соль йодированная* | | 0,00200 | 0,00160 | 0,00180 | | | |
| 20 | Томатная паста* | | | 0,00200 | | | | |
| 21 | Укроп свежий* | | 0,00100 | | | | | |
| 22 | Хлеб пшеничный* | | | 0,00670 | | | 0,03000 | |
| 23 | Хлеб ржано пшеничный* | | | | | | | 0,03000 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

ВЕРЖДАЮ!
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)

М Е Н Ю

на 22.05.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|------------------------------|-------|-------|------|
| Завтрак | | | |
| №52 Салат из свеклы отварной | | 60 | 56 |
| №289 Рагу овощное из птицы. | | 200 | 223 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 93 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Итого: | 74,58 | 505 | 542 |
| Всего: | 74,58 | 505 | 542 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|------------|-------------|---------------|-------------------------|--------------|
| В граммах | | | | Витамины в миллиграммах | |
| Белки | Жиры | Углеводы | витА - 438,48 | витВ1 - 0,22 | витВ2 - 0,33 |
| 17,75 | 14,53 | 62,87 | | | |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 1 195,02 | K - 840,95 | Ca - 116,48 | Mg - 64,48 | | |
| P - 222,93 | Fe - 3,93 | I - 118,54 | Se - 10,88 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 1

| N | Наименование | Салат из свеклы отварной | Рагу овощное из птицы. | Чай с сахаром | Хлеб пшеничный** |
|----|--------------------------|--------------------------|------------------------|---------------|------------------|
| | | / 1.0/ | / 1.0/ | / 1.0/ | / 1.0/ |
| 1 | Вода | | 0,07500 | | |
| 2 | Вода* | | | 0,21000 | |
| 3 | Картофель* | | 0,14900 | | |
| 4 | Куры * | | 0,06400 | | |
| 5 | Лук репчатый* | | 0,01440 | | |
| 6 | Масло подсолнечное 1 л * | 0,00360 | 0,00660 | | |
| 9 | Морковь* | | 0,02520 | | |
| 10 | Мука в/с* | | 0,00120 | | |
| 11 | Сахар-песок* | | | 0,01500 | |
| 12 | Свекла* | 0,07270 | | | |
| 13 | Соль йодированная* | 0,00200 | 0,00100 | | |
| 14 | Томатная паста* | | 0,00240 | | |
| 15 | Хлеб пшеничный* | | | | 0,04500 |
| 16 | Чай * | | | 0,00100 | |

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

ТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 22.05.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №52 Салат из свеклы отварной | | 60 | 56 |
| №289 Рагу овощное из птицы. | | 200 | 223 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 93 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Итого: | 74,58 | 505 | 542 |
| Обед | | | |
| №ПР Печенье | | 60 | 260 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью | | 200/1 | 95 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/растит. | | 150 | 243 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 104,43 | 771 | 1 064 |
| Всего: | 179,01 | 1 276 | 1 606 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | вита - 601,06 | витВ1 - 1,04 | витВ2 - 0,87 |
| 48,61 | 46,15 | 222,73 | витС - 22,82 | витЕ - 0,36 | ВИТD - 2 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Na - 2 936,34 | K - 1 930,14 | Ca - 294,42 | Mg - 194,27 |
| P - 696,52 | Fe - 13,23 | I - 286,01 | Se - 31,28 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

ТВЕРЖДАЮ
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

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

МЕНЮ

на 22.05.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|-------|-------|
| Завтрак | | | |
| №52 Салат из свеклы отварной | | 60 | 56 |
| №289 Рагу овощное из птицы. | | 200 | 223 |
| №376 Чай с сахаром | | 200 | 93 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 45 | 170 |
| Итого: | 74,58 | 505 | 542 |
| Обед | | | |
| №ПР Печенье | | 60 | 260 |
| №103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью | | 200/1 | 95 |
| №278 Тефтели тушеные в соусе | | 100 | 196 |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/растит. | | 150 | 243 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 104,43 | 771 | 1 064 |
| Всего: | 179,01 | 1 276 | 1 606 |

Для всего меню

| | | | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|
| Белки | В граммах | Углеводы | Витамины в миллиграммах | |
| 48,61 | Жиры | 222,73 | витА - 601,06 | витВ1 - 1,04 |
| | 46,15 | | витС - 22,82 | витВ2 - 0,87 |
| | | | | витЕ - 0,36 |
| | | | | витD - 2 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | |
| Na - 2 936,34 | K - 1 930,14 | Ca - 294,42 | Mg - 194,27 | |
| P - 696,52 | Fe - 13,23 | I - 286,01 | Se - 31,28 | |

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 1

| N | Наименование | Салат из свеклы отварной | Рагу овощное из птицы. | Чай с сахаром | Хлеб пшеничный*.* |
|----|--------------------------|--------------------------|------------------------|---------------|-------------------|
| | | / 1.0/ | / 1.0/ | / 1.0/ | / 1.0/ |
| 1 | Вода | | 0,07500 | | |
| 2 | Вода* | | | 0,21000 | |
| 3 | Картофель* | | 0,14900 | | |
| 4 | Кукуруза* | | 0,06400 | | |
| 5 | Лук репчатый* | | 0,01440 | | |
| 6 | Масло подсолнечное 1 л * | 0,00360 | 0,00660 | | |
| 9 | Морковь* | | 0,02520 | | |
| 10 | Мука в/с* | | 0,00120 | | |
| 11 | Сахар-песок* | | | 0,01500 | |
| 12 | Свекла* | 0,07270 | | | |
| 13 | Соль йодированная* | 0,00200 | 0,00100 | | |
| 14 | Томатная паста* | | 0,00240 | | |
| 15 | Хлеб пшеничный* | | | | 0,04500 |
| 16 | Чай * | | | 0,00100 | |

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 1

| N | Наименование | Печенье,... | Суп картофельный с вермишелью и зеленью | Тефтели тушеные в соусе * | Пюре из бобовых с м/растит. | Компот из изюма + 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 | Вермишель* | | 0,00800 | | | | | |
| 3 | Вода | | 0,14000 | | | | | |
| 4 | Вода* | | | 0,06000 | 0,18200 | 0,20300 | | |
| 5 | Горох* | | | | 0,07275 | | | |
| 6 | Изюм* | | | | | 0,01500 | | |
| 7 | Картофель* | | 0,09200 | | | | | |
| 8 | Лимонная к-та* | | | | | 0,00020 | | |
| 9 | Лук репчатый* | | 0,00960 | 0,02120 | | | | |
| 10 | Масло подсолнечное 1 л * | | 0,00200 | 0,00650 | 0,00300 | | | |
| 14 | Морковь* | | 0,01000 | 0,00500 | | | | |
| 15 | Мука в/с* | | | 0,00580 | | | | |
| 16 | Мясо свинины* | | | 0,03160 | | | | |
| 17 | Печенье весовое* | 0,06000 | | | | | | |
| 18 | Сахар-песок* | | | 0,00075 | | 0,02000 | | |
| 19 | Соль йодированная* | | 0,00200 | 0,00160 | 0,00150 | | | |
| 20 | Томатная паста* | | | 0,00200 | | | | |
| 21 | Укроп свежий* | | 0,00100 | | | | | |
| 22 | Хлеб пшеничный* | | | 0,00670 | | | 0,03000 | |
| 23 | Хлеб ржано пшеничный* | | | | | | | 0,03000 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г