

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково ( Многодетные 5-11 класс)



МЕНЮ

на 23.10.2024

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|---|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |        |       |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        | 60    | 158   |
| №174 Каша молочная кукурузная,.*                      |        | 250/5 | 313   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200   | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 108   |
| Итого:  | 86,75  | 555   | 680   |
| <b>Витаминизация</b>                                  |        |       |       |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин          |        | 200   | 88    |
| Итого:  | 19,81  | 200   | 88    |
| <b>Обед</b>   |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной ,                                |        | 100   | 125   |
| №99 Суп из овощей с зеленью.                          |        | 250/1 | 105   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250   | 359   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200   | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 108   |
| №ПР Хлеб _ржано пшеничный*                            |        | 40    | 110   |
| Итого:  | 121,46 | 881   | 894   |
| Всего:  | 228,02 | 1 636 | 1 662 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |         |         |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------|---------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | вита -                  | витВ1 - | витВ2 - |
| 51,4      | 50,88 | 234,65   | 609,26                  | 0,76    | 1,16    |
|           |       |          | 149,41                  | 0,13    | 0,34    |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |            |            |
|---------------|--------------|------------|------------|
| Na - 2 558,66 | K - 1 161,96 | Ca - 579,7 | Mg - 155,8 |
| P - 666,92    | Fe - 8,92    | I - 179,94 | Se - 34,69 |

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

Калькулятор

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



ДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Директор школы №

"СОГЛАСОВАНО"



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

**МЕНЮ**

на 23.10.2024

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|---|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |        |       |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        |       |       |
| №174 Каша молочная кукурузная,.*                      |        | 60    | 158   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 250/5 | 313   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 200   | 101   |
|   |        | 40    | 108   |
| Итого:  | 86,75  | 555   | 680   |
| <b>Витаминизация</b>                                  |        |       |       |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин          |        | 200   | 88    |
| Итого:  | 19,81  | 200   | 88    |
| <b>Обед</b>   |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной ,                                |        | 100   | 125   |
| №99 Суп из овощей с зеленью.                          |        | 250/1 | 105   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250   | 359   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200   | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 108   |
| №ПР Хлеб _ржано пшеничный*                            |        | 40    | 110   |
| Итого:  | 121,46 | 881   | 894   |
| Всего:  | 228,02 | 1 636 | 1 662 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |              |             |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------------|-------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | витА                    | витВ1        | витВ2       |
| 51,4      | 50,88 | 234,65   | - 609,26                | - 0,76       | - 1,16      |
|           |       |          | витС - 149,41           | витРР - 0,13 | витЕ - 0,34 |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |            |            |
|---------------|--------------|------------|------------|
| Na - 2 558,66 | K - 1 161,96 | Ca - 579,7 | Mg - 155,8 |
| P - 666,92    | Fe - 8,92    | I - 179,94 | Se - 34,69 |

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

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



## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

| Наименование                            | Бутерброд с сыром*.* | Каша молочная кукурузная,.* | Кофейный напиток с молоком | Хлеб пшеничный |
|---|----------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------|
|   | / 1.0/               | / 1.0/                      | / 1.0/                     | / 1.0/         |
| 1 Вода*                                 |                      | 0,08100                     | 0,12000                    |                |
| 2 Кофейный напиток 100г*                |                      |                             | 0,00500                    |                |
| 3 Крупа кукурузная*                     |                      | 0,07100                     |                            |                |
| 4 Масло сливочное крестьянское 72,5% по |                      | 0,00500                     |                            |                |
| 5 Молоко ф/п 2,5% 1л.*                  |                      | 0,12500                     | 0,10000                    |                |
| 6 Сахар-песок*                          |                      | 0,00800                     | 0,02000                    |                |
| 7 Соль йодированная*                    |                      | 0,00100                     |                            |                |
| 8 Сыр плавленый 16,25 гр,17,5 гр*       | 1,00000              |                             |                            |                |
| 9 Хлеб пшеничный*                       | 0,04000              |                             |                            | 0,04000        |

## Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 3 Неделя 2

| N | Наименование           | Напиток из плодов шиповника + С витамин |
|---|------------------------|---|
|   |                        | / 1.0/                                  |
| 1 | Аскорбиновая кислота * |   |
| 2 | Вода*                  | 0,20000                                 |
| 3 | Сахар-песок*           | 0,02000                                 |
| 4 | Шиповник*              | 0,02000                                 |

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

| N  | Наименование                           | Винегрет овощной , | Суп из овощей с зеленью. | Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом | Сок фруктовый в ассортименте | Хлеб пшеничный | Хлеб _ржано пшеничный* |
|----|--|--------------------|--------------------------|--|------------------------------|----------------|------------------------|
|    |  | / 1.0/             | / 1.0/                   | / 1.0/                                       | / 1.0/                       | / 1.0/         | / 1.0/                 |
| 1  | Вода*                                  |                    | 0,19000                  | 0,15950                                      |                              |                |                        |
| 2  | Зеленый горошек консервированный 0,420 |                    | 0,01200                  |  |                              |                |                        |
| 3  | Капуста б/к*                           |                    | 0,02500                  |  |                              |                |                        |
| 4  | Картофель*                             | 0,03200            | 0,06700                  |  |                              |                |                        |
| 5  | Лук репчатый*                          | 0,01800            | 0,01200                  |  |                              |                |                        |
| 6  | Масло подсолнечное 1 л *               | 0,01000            | 0,00500                  | 0,00300                                      |                              |                |                        |
| 7  | Масло сливочное крестьянское 72,5% по  |                    |                          | 0,00500                                      |                              |                |                        |
| 10 | Морковь*                               | 0,01300            | 0,01300                  |  |                              |                |                        |
| 11 | Мука в/с*                              |                    |                          | 0,00375                                      |                              |                |                        |
| 12 | Мясо свинины*                          |                    |                          | 0,03700                                      |                              |                |                        |
| 13 | Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*         | 0,03800            |                          |  |                              |                |                        |
| 14 | Рис*                                   |                    |                          | 0,05300                                      |                              |                |                        |
| 15 | Свекла*                                | 0,01900            |                          |  |                              |                |                        |
| 16 | Сметана 15% 0,5 кг*                    |                    |                          | 0,01250                                      |                              |                |                        |
| 17 | Сок 1л*                                |                    |                          |  | 0,20000                      |                |                        |
| 18 | Соль йодированная*                     | 0,00100            | 0,00300                  | 0,00100                                      |                              |                |                        |
| 19 | Сухари панировочные*                   |                    |                          | 0,00500                                      |                              |                |                        |
| 20 | Сыр *                                  |                    |                          | 0,00200                                      |                              |                |                        |
| 21 | Укроп свежий*                          |                    | 0,00100                  |  |                              |                |                        |
| 22 | Хлеб пшеничный*                        |                    |                          | 0,00900                                      |                              | 0,04000        |                        |
| 23 | Хлеб ржано пшеничный*                  |                    |                          |  |                              |                | 0,04000                |

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

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



ОДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

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



Директор школы №

**МЕНЮ**

на 23.10.2024

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|---|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |        |       |       |
| №3 Бутерброд с сыром**                                |        | 60    | 158   |
| №174 Каша молочная кукурузная,*                       |        | 200/5 | 240   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200   | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35    | 89    |
| Итого:  | 74,58  | 500   | 588   |
| <b>Витаминизация</b>                                  |        |       |       |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин          |        | 200   | 88    |
| Итого:  | 19,81  | 200   | 88    |
| <b>Обед</b>   |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной .                                |        | 60    | 75    |
| №99 Суп из овощей с зеленью**                         |        | 200/1 | 84    |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250   | 359   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200   | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 108   |
| №ПР Хлеб _ржано пшеничный*                            |        | 40    | 110   |
| Итого:  | 104,43 | 791   | 823   |
| Всего:  | 198,82 | 1 491 | 1 498 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |         |         |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------|---------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | ВИТА -                  | ВИТВ1 - | ВИТВ2 - |
| 44,84     | 44,51 | 215,88   | 525,57                  | 0,84    | 1,1     |
|           |       |          | 147,37                  | 0,1     | 0,34    |

| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |            |  |  |
|-------------------------------------|--------------|-------------|------------|--|--|
| Na - 2 452,9                        | K - 1 012,86 | Ca - 624,32 | Mg - 150,9 |  |  |
| P - 641,04                          | Fe - 9,34    | I - 189,41  | Se - 32,47 |  |  |

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

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





КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 класс)

**М Е Н Ю**

на 23.10.2024

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|---|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |        |       |       |
| №3 Бутерброд с сыром**                                |        | 60    | 158   |
| №174 Каша молочная кукурузная,*                       |        | 200/5 | 240   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200   | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35    | 89    |
| Итого:  | 74,58  | 500   | 588   |
| <b>Витаминизация</b>                                  |        |       |       |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин          |        | 200   | 88    |
| Итого:  | 19,81  | 200   | 88    |
| <b>Обед</b>   |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной .                                |        | 60    | 75    |
| №99 Суп из овощей с зеленью**                         |        | 200/1 | 84    |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250   | 359   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200   | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 108   |
| №ПР Хлеб _ржано пшеничный*                            |        | 40    | 110   |
| Итого:  | 104,43 | 791   | 823   |
| Всего:  | 198,82 | 1 491 | 1 498 |

Для всего меню

|                                     |              |             |                         |              |             |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|-------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | Витамины в миллиграммах |              |             |
| 44,84                               | 44,51        | 215,88      | ВИТА - 525,57           | ВИТВ1 - 0,84 | ВИТВ2 - 1,1 |
|                                     |              |             | ВИТС - 147,37           | ВИТПР - 0,1  | ВИТЕ - 0,34 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |             |
| Na - 2 452,9                        | K - 1 012,86 | Ca - 624,32 | Mg - 150,9              |              |             |
| P - 641,04                          | Fe - 9,34    | I - 189,41  | Se - 32,47              |              |             |

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

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна





Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы №



**МЕНЮ**

на 23.10.2024

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|---|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |        |       |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*                               |        | 60    | 158   |
| №174 Каша молочная кукурузная,*                       |        | 200/5 | 240   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                       |        | 200   | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35    | 89    |
| Итого:  | 74,58  | 500   | 588   |
| <b>Витаминизация</b>                                  |        |       |       |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин          |        | 200   | 88    |
| Итого:  | 19,81  | 200   | 88    |
| <b>Обед</b>   |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной .                                |        | 60    | 75    |
| №99 Суп из овощей с зеленью**                         |        | 200/1 | 84    |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250   | 359   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200   | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40    | 108   |
| №ПР Хлеб _ржано пшеничный*                            |        | 40    | 110   |
| Итого:  | 104,43 | 791   | 823   |
| Всего:  | 198,82 | 1 491 | 1 498 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |        |        |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------|--------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | вита                    | витВ1  | витВ2  |
| 44,84     | 44,51 | 215,88   | - 525,57                | - 0,84 | - 1,1  |
|           |       |          | - 147,37                | - 0,1  | - 0,34 |

Минеральные вещества в миллиграммах

|              |              |             |            |
|--------------|--------------|-------------|------------|
| Na - 2 452,9 | K - 1 012,86 | Ca - 624,32 | Mg - 150,9 |
| P - 641,04   | Fe - 9,34    | I - 189,41  | Se - 32,47 |

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

Калькулятор

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



## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

|              |                                       | День 3 Неделя 2            |                            |                   |
|--------------|---------------------------------------|----------------------------|----------------------------|-------------------|
| Наименование | Бутерброд с сыром*.*                  | Каша молочная кукурузная,* | Кофейный напиток с молоком | Хлеб пшеничный*** |
| 1            | Вода*                                 | / 1.0/                     | / 1.0/                     | / 1.0/            |
| 2            | Кофейный напиток 100г*                |                            | 0,06500                    | 0,12000           |
| 3            | Крупа кукурузная*                     |                            | 0,05700                    | 0,00500           |
| 4            | Масло сливочное крестьянское 72,5% по |                            | 0,00500                    |                   |
| 5            | Молоко ф/п 2,5% 1л.*                  |                            | 0,10000                    | 0,10000           |
| 6            | Сахар-песок*                          |                            | 0,00600                    | 0,02000           |
| 7            | Соль йодированная*                    |                            | 0,00100                    |                   |
| 8            | Сыр плавленый 16,25 гр,17,5 гр*       | 1,00000                    |                            |                   |
| 9            | Хлеб пшеничный*                       | 0,04000                    |                            | 0,03500           |

## Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

|   |                        | День 3 Неделя 2                                |
|---|------------------------|--|
| N | Наименование           | Напиток из плодов шиповника + С витамин / 1.0/ |
| 1 | Аскорбиновая кислота * |  |
| 2 | Вода*                  | 0,20000  |
| 3 | Сахар-песок*           | 0,02000  |
| 4 | Шиповник*              | 0,02000  |

## Расход продуктов по блюдам - Обед

|    |  | День 3 Неделя 2  |                           |  |                              |                |                       |
|----|--|------------------|---------------------------|--|------------------------------|----------------|-----------------------|
| N  | Наименование                           | Винегрет овощной | Суп из овощей с зеленью** | Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом | Сок фруктовый в ассортименте | Хлеб пшеничный | Хлеб ржано пшеничный* |
| 1  | Вода*                                  | / 1.0/           | / 1.0/                    | / 1.0/                                       | / 1.0/                       | / 1.0/         | / 1.0/                |
| 2  | Зеленый горошек консервированный 0,420 |                  | 0,15000                   | 0,15950                                      |                              |                |                       |
| 3  | Капуста б/к*                           |                  | 0,00900                   |  |                              |                |                       |
| 4  | Картофель*                             |                  | 0,02000                   |  |                              |                |                       |
| 5  | Лук репчатый*                          | 0,01700          | 0,05300                   |  |                              |                |                       |
| 6  | Масло подсолнечное 1 л *               | 0,01100          | 0,01000                   |  |                              |                |                       |
| 7  | Масло сливочное крестьянское 72,5% по  | 0,00600          | 0,00400                   | 0,00300                                      |                              |                |                       |
| 10 | Морковь*                               | 0,00800          | 0,01000                   | 0,00500                                      |                              |                |                       |
| 11 | Мука в/с*                              |                  |                           | 0,00375                                      |                              |                |                       |
| 12 | Мясо свинины*                          |                  |                           | 0,03700                                      |                              |                |                       |
| 13 | Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*         | 0,01100          |                           |  |                              |                |                       |
| 14 | Рис*                                   |                  |                           | 0,05300                                      |                              |                |                       |
| 15 | Свекла*                                | 0,01100          |                           |  |                              |                |                       |
| 16 | Сметана 15% 0,5 кг*                    |                  |                           | 0,01250                                      |                              |                |                       |
| 17 | Сок 1л*                                |                  |                           |  | 0,20000                      |                |                       |
| 18 | Соль йодированная*                     | 0,00100          | 0,00200                   | 0,00100                                      |                              |                |                       |
| 19 | Сухари панировочные*                   |                  |                           | 0,00500                                      |                              |                |                       |
| 20 | Сыр *                                  |                  |                           | 0,00200                                      |                              |                |                       |
| 21 | Укроп свежий*                          |                  | 0,00100                   |  |                              |                |                       |
| 22 | Хлеб пшеничный*                        |                  |                           | 0,00900                                      |                              | 0,04000        |                       |
| 23 | Хлеб ржано пшеничный*                  |                  |                           |  |                              |                | 0,04000               |

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

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