

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (многодетные 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Сколково
Ершина А.М.

МЕНЮ

на 14.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко			
№188 Запеканка рисовая с творогом и с повидлом		100	47
№379 Кофейный напиток с молоком		180/30	354
№ПР Хлеб пшеничный		200	101
		30	81
Итого:	91,52	540	583
Обед			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром		100	98
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зел.		250/5/1	114
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	931
Всего:	219,66	1 436	1 514

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
51,84	49	229,92	витD - 0,68	вита - 1 505,51
			витB2 - 0,99	витB1 - 1,07
				витаЕ - 0,01
				витC - 17,51
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 511,03	F - 161,22	Fe - 13,67	I - 196,29	
K - 1 966,35	Mg - 238,75	Na - 1 983,4	P - 820,13	

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Сколково (5-11класс)



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Сколково
Ершова М.

МЕНЮ

на 14.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№188 Запеканка рисовая с творогом и с повидлом		180/30	354
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	540	583
Обед			
№62 Салат из моркови (припущ.) с сахаром		100	98
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	931
Всего:	219,66	1 436	1 514

Для всего меню

Белки	В граммах Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
51,84	49	229,92	витD - 0,68	вита А - 1 505,51
			витB2 - 0,99	витаB1 - 1,07
				витаE - 0,01
				витаC - 17,51
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 511,03	F - 161,22	Fe - 13,67	I - 196,29	
K - 1 966,35	Mg - 238,75	Na - 1 983,4	P - 820,13	

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

		День 5 Неделя 1			
N	Наименование	Яблоко*, / 1.0/	Запеканка рисовая с творогом и с повидлом / 1.0/	Кофейный напиток с молоком / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода*				
2	Кофейный напиток 100г*		0,11200	0,12000	
3	Масло подсолнечное 1 л *		0,00400	0,00500	
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*			0,10000	
5	Повидло в ассортименте 600 гр *		0,03000		
6	Рис*		0,05400		
7	Сахар-песок*		0,01100	0,02000	
8	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00400		
9	Соль йодированная*		0,00100		
10	Сухари панировочные*		0,00400		
11	Творог м.д.ж. 9% 0,200 гр*		0,02900		
12	Хлеб пшеничный*				0,03000
13	Яблоки калиброванные*	0,10000			
14	Яйца *		0,12000		

Расход продуктов по блюдам - Обед

		День 5 Неделя 1						
N	Наименование	Салат из моркови (припущ.) с сахаром., / 1.0/	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью., / 1.0/	Шницель из мяса с соусом, / 1.0/	Пюре из бобовых с м/раст..., / 1.0/	Компот из кураги / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Вода*		0,20000	0,05600	0,21800	0,20300		
2	Горох*				0,08700			
3	Капуста б/к*		0,02500					
4	Картофель*		0,02900					
5	Курага*					0,02000		
6	Лимонная к-та*							
7	Лук репчатый*		0,01200	0,00720				
8	Масло подсолнечное 1 л *		0,00500	0,00400	0,00400			
11	Морковь*	0,12000	0,01300	0,00500				
12	Мука в/с*			0,00250				
13	Мясо свинины*			0,03700				
14	Сахар-песок*	0,00500	0,00300	0,00075		0,02300		
15	Свекла*		0,05000					
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
17	Соль йодированная*		0,00100	0,00060	0,00200			
18	Сухари панировочные*			0,00500				
19	Томатная паста*		0,00300	0,00200				
20	Укроп свежий*		0,00100					
21	Хлеб пшеничный*			0,00900			0,03000	
22	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г