

ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



ГБОУ СОШ Сколково (многодетные 5-11класс)



на 18.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшенная		250/5	360
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:	91,52	550	644
Обед			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым		100	59
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№АКТ Компот из свежзамороженных ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	128,14	916	686
Всего:	219,66	1 466	1 330

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
44,44	47,91	192,51	витD - 11,12	вита - 462,84	витB1 - 0,74
			витB2 - 1,18	вите - 0,75	витPP - 0,03

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 589,27	F - 516,57	Fe - 8,22	I - 235,37
K - 1 594,77	Mg - 214,28	Na - 2 541,99	P - 802,65

(Куликова Л.А)

Фролова Л.Г.

ЕРЖДАЮ
ктор
"КДП" здоров и сыт"

ГБОУ СОШ Сколково (5-11класс)

с)  "СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № с. Сомлово
Ерхисиев А.М.

на 18.03.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром		60	101
№173 Каша вязкая молочная пшенная		250/5	360
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:	91,52	550	644
Обед			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым		100	59
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№АКТ Компот из свежзамороженных ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	128,14	916	686
Всего:	219,66	1 466	1 330

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	
44,44	47,91	192,51	витD - 11,12 витB2 - 1,18 вита - 462,84 вите - 0,75 витB1 - 0,74 витPP - 0,03
Минеральные вещества в миллиграммах			
589,27	F - 516,57	Fe - 8,22	I - 235,37
594,77	Mg - 214,28	Na - 2 541,99	P - 802,65

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор  Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Бутерброд с сыром*.*	Каша вязкая молочная пшеничная...	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный *
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,06000	0,12000	
2	Кофейный напиток 100г*			0,00500	
3	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,12500	0,10000	
5	Пшено*		0,06300		
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 - Обед

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Салат из соленых огурцов с луком репчатым ..	Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.	Рыба, тушенная с овощами ..	Пюре картофельное с м/сливоч..	Компот из свежесамороженных ягод*	Хлеб пшеничный	Хлеб _ржано пшеничный*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,01900				
2	Вода*		0,20000			0,17300		
3	Капуста б/к*		0,06300					
4	Картофель*		0,04300		0,22000			
5	Компотная смесь заморож *					0,02100		
6	Лук репчатый*	0,01800	0,01200	0,01600				
7	Масло подсолнечное 1 л *	0,00500	0,00500	0,00500				
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
11	Минтай С/М , Б/Г, П/Ф*			0,08700				
12	Молоко ф/п 2,5% 1л.*				0,02800			
13	Морковь*		0,01300	0,02300				
14	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,11100						
15	Сахар-песок*			0,00200		0,01500		
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
17	Соль йодированная*		0,00100	0,00100	0,00200			
18	Томатная паста*		0,00100	0,00400				
19	Укроп свежий*		0,00100					
20	Хлеб пшеничный*						0,04000	
21	Хлеб ржано пшеничный*							0,04000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.