



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

Волошко К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

ГБОУ СОШ Сколково (1-4 классы)

МЕНЮ

на 13.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Плов с цыпленком		200	365
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	624
Обед			
Мандарин		100	35
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью .		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное ,		150	131
Компот из свежих яблок		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	817	637
Всего:	149,30	1 317	1 261

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 823,7	витD - 2,73	витB2 - 0,83
37,17	38,91	190,44			
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 779,29	Se - 30,73	Ca - 277,31	Mg - 178,67		
I - 420,84	Fe - 7,66	K - 1 965,22	P - 580,85		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Салат из свеклы отварной / 1.0/	Плов с цыпленком / 1.0/	Напиток из смородины / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Варенье черная смородина			0,02000	
2	Вода			0,20000	
3	Лук репчатый		0,01250		
4	Масло подсолнечное	0,00400	0,01050		
5	Масса готового мяса птицы		0,05000		
6	Масса готового риса и овощей		0,15000		
7	Морковь		0,01500		
8	Мясо цыплят-бройлеров		0,06800		
9	Паста томатная		0,00300		
10	Рис		0,05250		
11	Сахар			0,01200	
12	Свекла	0,07100			
13	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00200	0,00300		
14	Хлеб пшеничный				0,04000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Мандарин / 1.0/	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью / 1.0/	Рыба, тушенная с овощами / 1.0/	Пюре картофельное / 1.0/	Компот из свежих яблок / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Вода		0,15000			0,17200		
2	Вода			0,01900				
3	Картофель		0,09231		0,19731			
4	Крупа перловая		0,00400					
5	Лавровый лист сухой			0,00001		0,00020		
6	Лимонная кислота			0,00010				
7	Лук репчатый		0,00480	0,01200				
8	Мандарины	0,10000						
9	Масло подсолнечное		0,00400	0,00500				
10	Масло сливочное				0,00500			
11	Масса готовой рыбы с тушеными овощам			0,10000				
12	Масса тушеной рыбы			0,05000				
13	Минтай			0,08670				
14	Молоко				0,02370			
15	Морковь		0,01000	0,02250				
16	Огурцы консервированные		0,01400					
17	Паста томатная			0,00400		0,02400		
18	Сахар			0,00200				
19	Сметана		0,00500					
20	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00100	0,00150	0,00150			
21	Укроп		0,00200					
22	Хлеб пшеничный						0,03000	0,03000
23	Хлеб ржаной					0,04540		
24	Яблоки компот							

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"

Волошко К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



ГБОУ СОШ Сколково (ОВЗ)

МЕНЮ

на 13.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Плов с цыпленком		200	365
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	624
Обед			
Мандарин		100	35
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное		150	131
Компот из свежих яблок		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	817	637
Всего:	149,30	1 317	1 261

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 823,7	витD - 2,73	витB2 - 0,83
37,17	38,91	190,44			
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 779,29	Se - 30,73	Ca - 277,31	Mg - 178,67		
I - 420,84	Fe - 7,66	K - 1 965,22	P - 580,85		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Салат из свеклы отварной	Плов с цыпленком	Напиток из смородины	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Варенье черная смородина			0,02000	
2	Вода			0,20000	
3	Лук репчатый		0,01250		
4	Масло подсолнечное	0,00400	0,01050		
5	Масса готового мяса птицы		0,05000		
6	Масса готового риса и овощей		0,15000		
7	Морковь		0,01500		
8	Мясо цыплят-бройлеров		0,06800		
9	Паста томатная		0,00300		
10	Рис		0,05250		
11	Сахар			0,01200	
12	Свекла	0,07100			
13	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00200	0,00300		
14	Хлеб пшеничный				0,04000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Мандарин	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленой	Рыба, тушенная с овощами	Пюре картофельное	Компот из свежих яблок	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,15000			0,17200		
2	Вода			0,01900				
3	Картофель		0,09231		0,19731			
4	Крупа перловая		0,00400					
5	Лавровый лист сухой			0,00001				
6	Лимонная кислота			0,00010		0,00020		
7	Лук репчатый		0,00480	0,01200				
8	Мандарины	0,10000						
9	Масло подсолнечное		0,00400	0,00500				
10	Масло сливочное				0,00500			
11	Масса готовой рыбы с тушеными овощам			0,10000				
12	Масса тушеной рыбы			0,05000				
13	Минтай			0,08670				
14	Молоко				0,02370			
15	Морковь		0,01000	0,02250				
16	Огурцы консервированные		0,01400					
17	Паста томатная			0,00400				
18	Сахар			0,00200		0,02400		
19	Сметана		0,00500					
20	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00100	0,00150	0,00150			
21	Укроп		0,00200					
22	Хлеб пшеничный						0,03000	
23	Хлеб ржаной							0,03000
24	Яблоки компот					0,04540		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.