

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

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы № \_\_\_\_\_  
*Ерксана Алл*



Волошко К.Ю.  
 ГБОУ СОШ с.Сколково. (1-4 класс)

**МЕНЮ**

на 20.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Яблоко*,		100	44
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	650
<b>Обед</b>			
Огурец порционно...		60	11
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Биточки из птицы с соусом		50/50	166
Макаронные изделия отварные **		150	188
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	718
Всего:	168,39	1 511	1 444

Для всего меню

В граммах  
 Белки 39,06  
 Жиры 30,01  
 Углеводы 254,47

Витамины в миллиграммах  
 витЕ - 0,38  
 витВ1 - 0,54

Витамины в миллиграммах  
 витА - 234,75  
 витС - 39,7  
 витВ2 - 0,71  
 витD - 9,25

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 348,89    I - 214,87    P - 527,56    Na - 2 168,04  
 F - 181,95    Se - 21,57    Mg - 130,79    Fe - 9,25

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Сок фруктовый / 1.0/
1	Сок 1л	0,20000

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Яблоко*	Залежанка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*	Кисель + С витамин.	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота			0,00002	
2	Вода		0,11200	0,19000	
3	Кисель			0,02400	
4	Масло подсолнечное		0,00360		
5	Молоко сгущенное 8,5% 0,38		0,03000		
6	Рис		0,05400		
7	Сахар-песок		0,01080	0,01000	
8	Сметана 15%		0,00360		
9	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00120		
10	Сухари панировочные		0,00360		
11	Творог 9% 200гр		0,02916		0,03000
12	Хлеб пшеничный				
13	Яблоки	0,10000			
14	Яйца		0,18000		

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Огурец порционно...	Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью	Биточки из птицы с соусом	Макаронные изделия отварные **	Напиток фруктовый..	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Апельсины					0,02700		
2	Вода		0,14000	0,00600		0,21000		
3	Вода							
4	Горох		0,01620					
5	Картофель		0,05330					
6	Лук репчатый		0,00964	0,00700		0,05090		
7	Макаронные изделия							
8	Масло подсолнечное		0,00400	0,00300		0,00500		
9	Масло сливочное 72,5% жир							
12	Морковь		0,01000	0,06400				
13	Мясо цыплят-бройлеров							
14	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)	0,06200				0,02000		
15	Сахар-песок							
16	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00200	0,00100	0,00150			
17	Сухари панировочные			0,00500				
18	Укроп		0,00100				0,03000	
19	Хлеб пшеничный			0,00800				0,03000
20	Хлеб ржаной					0,01370		
21	Яблоки компот							
22	Лук репчатый*			0,00120				
23	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг) и 09л (			0,00100				
24	Морковь*			0,00500				
25	Мука в/с*			0,00250				
26	Сахар-песок*			0,00075				
27	Соль йодированная*			0,00060				
28	Томатная паста*			0,00200				

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с.Сколково (ОВЗ)



**М Е Н Ю**

на 20.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминизация</b>			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Яблоко*,		100	44
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	650
<b>Обед</b>			
Огурец порционно...		60	11
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Биточки из птицы с соусом		50/50	166
Макаронные изделия отварные **		150	188
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	718
<b>Витаминизация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	19,09	1	18
Всего:	187,48	1 512	1 462

Для всего меню

В граммах  
Белки 39,26  
Жиры 30,05  
Углеводы 258,51

Витамины в миллиграммах  
витЕ - 0,38  
витВ1 - 0,56  
витА - 234,75  
витС - 40,5  
витВ2 - 0,71  
витD - 9,25

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 351,69    I - 214,87    P - 530,36    Na - 2 168,04  
F - 181,95    Se - 21,57    Mg - 132,39    Fe - 9,81

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Сок фруктовый / 1.0/
1	Сок 1л	0,20000

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Яблоко*, / 1.0/	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*	Кисель + С витамин, / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота			0,00002	
2	Вода		0,11200	0,19000	
3	Кисель			0,02400	
4	Масло подсолнечное		0,00360		
5	Молоко сгущенное 8,5% 0,38		0,03000		
6	Рис		0,05400		
7	Сахар-песок		0,01080	0,01000	
8	Сметана 15%		0,00360		
9	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00120		
10	Сухари панировочные		0,00360		
11	Творог 9% 200gr		0,02916		
12	Хлеб пшеничный				0,03000
13	Яблоки	0,10000			
14	Яйца		0,18000		

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Огурец порционно... / 1.0/	Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью / 1.0/	Биточки из птицы с соусом / 1.0/	Макаронные изделия отварные ** / 1.0/	Напиток фруктовый... / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Апельсины							
2	Вода		0,14000			0,02700		
3	Вода			0,00600		0,21000		
4	Горох		0,01620					
5	Картофель		0,05330					
6	Лук репчатый		0,00964	0,00700				
7	Макаронные изделия				0,05090			
8	Масло подсолнечное		0,00400	0,00300				
9	Масло сливочное 72,5% жир				0,00500			
12	Морковь		0,01000					
13	Мясо цыплят-бройлеров			0,06400				
14	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)	0,06200						
15	Сахар-песок							
16	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00200	0,00100	0,00150	0,02000		
17	Сухари панировочные			0,00500				
18	Укроп		0,00100					
19	Хлеб пшеничный			0,00800				
20	Хлеб ржаной						0,03000	
21	Яблоки компот							0,03000
22	Лук репчатый*					0,01370		
23	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг) и 0,9л			0,00120				
24	Морковь*			0,00100				
25	Мука в/с*			0,00500				
26	Сахар-песок*			0,00250				
27	Соль йодированная*			0,00075				
28	Томатная паста*			0,00060				
				0,00200				

## Расход продуктов по блюдам - Витаминизация2

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Сок фруктовый 200 г. т/л / 1.0/
1	Сок 0,2 л. (27 штук в коробке)	1,00000

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.