

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Сколково (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 24.10.2022

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый 200 г. т/п | | 1 | 18 |
| Итого: | 19,09 | 1 | 18 |
| Завтрак | | | |
| Салат из моркови с сахаром,, | | 60 | 31 |
| Биточки из мяса с соусом, | | 50/50 | 202 |
| Макаронные изделия отварные ** | | 150 | 188 |
| Сок фруктовый | | 200 | 76 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 70 |
| Итого: | 62,20 | 540 | 567 |
| Обед | | | |
| Икра кабачковая.. | | 60 | 74 |
| Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью | | 200/5/1 | 77 |
| Плов с мясом , | | 200 | 376 |
| Компот из свежих яблок + С витамин | | 200 | 112 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 70 |
| Хлеб ржаной | | 30 | 78 |
| Итого: | 87,10 | 726 | 787 |
| Всего: | 168,39 | 1 267 | 1 373 |

Для всего меню

Белки 35,74
Жиры 49,98
Углеводы 195,69

Витамины в миллиграммах
витаЕ - 10,84
витаВ1 - 0,81
витаА - 1 575,58
витаС - 28,96
витаВ2 - 0,57
витаD - 0,41

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 196,61
F - 127,67
I - 201,58
Se - 15,01
P - 480,32
Mg - 127,71
Na - 1 966,56
Fe - 9,05

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 1 Неделя 1

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

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

| N | Наименование | Салат из моркови с сахаром,, / 1.0/ | Биточки из мяса с соусом, / 1.0/ | Макаронные изделия отварные ** / 1.0/ | Сок фруктовый / 1.0/ | Хлеб пшеничный / 1.0/ |
|----|---|--|--|--|-------------------------|-----------------------------|
| 1 | Вода | | 0,00600 | | | |
| 2 | Лук репчатый | | 0,00714 | | | |
| 3 | Макаронные изделия | | | 0,05090 | | |
| 4 | Масло подсолнечное | | 0,00300 | | | |
| 5 | Масло сливочное 72,5% жир | | | 0,00500 | | |
| 7 | Морковь | 0,07200 | | | | |
| 8 | Мясо свинины | | 0,03700 | | | |
| 9 | Сахар- песок | 0,00300 | | | | |
| 10 | Сок 1л | | | | 0,20000 | |
| 11 | Соль поваренная пищевая йодированная | | | 0,00150 | | |
| 12 | Сухари панировочные | | 0,00500 | | | |
| 13 | Хлеб пшеничный | | 0,00900 | | | 0,03000 |
| 14 | Лук репчатый* | | 0,00120 | | | |
| 15 | Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л | | 0,00100 | | | |
| 16 | Морковь* | | 0,00500 | | | |
| 17 | Мука в/с* | | 0,00250 | | | |
| 18 | Сахар-песок* | | 0,00075 | | | |
| 19 | Соль йодированная* | | 0,00060 | | | |
| 20 | Томатная паста* | | 0,00200 | | | |

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

| N | Наименование | Икра кабачковая.. / 1.0/ | Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью / 1.0/ | Плов с мясом / 1.0/ | Компот из свежих яблок + С витамин / 1.0/ | Хлеб пшеничный / 1.0/ | Хлеб ржаной / 1.0/ |
|----|--------------------------------------|--------------------------------|---|------------------------|--|-----------------------------|-----------------------|
| 1 | Аскорбиновая кислота | | | | 0,00002 | | |
| 2 | Вода | | | 0,12000 | 0,17200 | | |
| 3 | Вода или бульон | | 0,16000 | | | | |
| 4 | Икра кабачковая | 0,06200 | | | | | |
| 5 | Капуста белокочанная | | 0,05000 | | | | |
| 6 | Картофель | | 0,03200 | | | | |
| 7 | Лимонная кислота | | | | 0,00020 | | |
| 8 | Лук репчатый | | 0,00960 | 0,00900 | | | |
| 9 | Масло подсолнечное | | 0,00400 | 0,00750 | | | |
| 10 | Морковь | | 0,01000 | 0,01500 | | | |
| 11 | Мясо свинины | | | 0,07400 | | | |
| 12 | Паста томатная | | 0,00080 | 0,00480 | | | |
| 13 | Рис | | | 0,05100 | | | |
| 14 | Сахар- песок | | | | 0,02400 | | |
| 15 | Сметана 15% | | 0,00500 | | | | |
| 16 | Соль поваренная пищевая йодированная | | 0,00160 | 0,00225 | | | |
| 17 | Укроп | | 0,00100 | | | | |
| 18 | Хлеб пшеничный | | | | | 0,03000 | |
| 19 | Хлеб ржаной | | | | | | 0,03000 |
| 20 | Яблоки компот | | | | 0,04540 | | |

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с..Сколково (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 24.10.2022

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый 200 г. т/п | | 1 | 18 |
| Итого: | 19,09 | 1 | 18 |
| Завтрак | | | |
| Салат из моркови с сахаром,, | | 60 | 31 |
| Биточки из мяса с соусом, | | 50/50 | 202 |
| Макаронные изделия отварные ** | | 150 | 188 |
| Сок фруктовый | | 200 | 76 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 70 |
| Итого: | 62,20 | 540 | 567 |
| Обед | | | |
| Икра кабачковая.. | | 60 | 74 |
| Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью | | 200/5/1 | 77 |
| Плов с мясом , | | 200 | 376 |
| Компот из свежих яблок + С витамин | | 200 | 112 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 70 |
| Хлеб ржаной | | 30 | 78 |
| Итого: | 87,10 | 726 | 787 |
| Витаминизация2 | | | |
| Сок фруктовый 200 г. т/п | | 1 | 18 |
| Итого: | 19,09 | 1 | 18 |
| Всего: | 187,48 | 1 268 | 1 391 |

Для всего меню

В граммах

| | | |
|-------|-------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 35,94 | 50,02 | 199,73 |

Витамины в миллиграммах

| | | |
|--------------|-----------------|--------------|
| витЕ - 10,84 | витА - 1 575,58 | витВ2 - 0,57 |
| витВ1 - 0,81 | витС - 28,96 | витD - 0,41 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|-------------|------------|-------------|---------------|
| Са - 196,61 | І - 201,58 | Р - 480,32 | Na - 1 966,56 |
| F - 127,67 | Se - 15,01 | Mg - 127,71 | Fe - 9,05 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 1 Неделя 1

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

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

| N | Наименование | Салат из моркови с сахаром.. / 1.0/ | Биточки из мяса с соусом. / 1.0/ | Макаронные изделия отварные ** / 1.0/ | Сок фруктовый / 1.0/ | Хлеб пшеничный / 1.0/ |
|----|---|--|-------------------------------------|--|-------------------------|--------------------------|
| 1 | Вода | | 0,00600 | | | |
| 2 | Лук репчатый | | 0,00714 | 0,05090 | | |
| 3 | Макаронные изделия | | 0,00300 | | | |
| 4 | Масло подсолнечное | | | 0,00500 | | |
| 5 | Масло сливочное 72,5% жир | 0,07200 | | | | |
| 7 | Морковь | | 0,03700 | | | |
| 8 | Мясо свинины | 0,00300 | | | 0,20000 | |
| 9 | Сахар- песок | | | 0,00150 | | |
| 10 | Сок 1л | | | | | |
| 11 | Соль поваренная пищевая иодированная | | 0,00500 | | | 0,03000 |
| 12 | Сухари панировочные | | 0,00900 | | | |
| 13 | Хлеб пшеничный | | 0,00120 | | | |
| 14 | Лук репчатый* | | 0,00100 | | | |
| 15 | Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг) и 09л | | 0,00500 | | | |
| 16 | Морковь* | | 0,00250 | | | |
| 17 | Мука в/с* | | 0,00075 | | | |
| 18 | Сахар-песок* | | 0,00060 | | | |
| 19 | Соль йодированная* | | 0,00200 | | | |
| 20 | Томатная паста* | | | | | |

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

| N | Наименование | Икра кабачковая.. / 1.0/ | Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью / 1.0/ | Плов с мясом . / 1.0/ | Компот из свежих яблок + С витамин / 1.0/ | Хлеб пшеничный / 1.0/ | Хлеб ржаной / 1.0/ |
|----|--------------------------------------|-----------------------------|---|--------------------------|--|--------------------------|-----------------------|
| 1 | Аскорбиновая кислота | | | 0,12000 | 0,00002 | | |
| 2 | Вода | | 0,16000 | | 0,17200 | | |
| 3 | Вода или бульон | 0,06200 | | | | | |
| 4 | Икра кабачковая | | 0,05000 | | | | |
| 5 | Капуста белокочанная | | 0,03200 | | 0,00020 | | |
| 6 | Картофель | | | | | | |
| 7 | Лимонная кислота | | 0,00960 | 0,00900 | | | |
| 8 | Лук репчатый | | 0,00400 | 0,00750 | | | |
| 9 | Масло подсолнечное | | 0,01000 | 0,01500 | | | |
| 10 | Морковь | | | 0,07400 | | | |
| 11 | Мясо свинины | | 0,00080 | 0,00480 | | | |
| 12 | Паста томатная | | | 0,05100 | | | |
| 13 | Рис | | | | 0,02400 | | |
| 14 | Сахар- песок | | 0,00500 | | | | |
| 15 | Сметана 15% | | 0,00160 | 0,00225 | | | |
| 16 | Соль поваренная пищевая иодированная | | 0,00100 | | | 0,03000 | |
| 17 | Укроп | | | | | | 0,03000 |
| 18 | Хлеб пшеничный | | | | 0,04540 | | |
| 19 | Хлеб ржаной | | | | | | |
| 20 | Яблоки компот | | | | | | |

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация2

День 1 Неделя 1

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

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
Калькулятор _____ стажер кальк.