

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ с. Сколково (1-4 классы)

МЕНЮ

на 23.09.2022

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход   | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |         |       |
| Салат из свеклы отварной                     |        | 60      | 58    |
| Мясо кур тушеное с соусом                    |        | 50/50   | 142   |
| Каша гречневая с маслом сливочным*           |        | 150     | 153   |
| Чай с сахаром                                |        | 200     | 61    |
| Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 70    |
| Итого:                                       | 62,20  | 540     | 485   |
| <b>Обед</b>                                  |        |         |       |
| Салат овощной с кукурузой и морковью .       |        | 60      | 58    |
| Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью |        | 200/5/2 | 103   |
| Рыба, тушенная с овощами                     |        | 50/50   | 108   |
| Пюре картофельное с м/сливоч.                |        | 150     | 131   |
| Компот из смеси сухофруктов + С витамин      |        | 200     | 124   |
| Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 70    |
| Хлеб ржаной                                  |        | 30      | 78    |
| Итого:                                       | 87,10  | 777     | 672   |
| Всего:                                       | 149,30 | 1 317   | 1 157 |

Для всего меню

|                                     |            |             |                         |                |               |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|----------------|---------------|
| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |                |               |
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | витаЕ - 0,36            | витаА - 896,92 | витаВ2 - 0,74 |
| 38,63                               | 38,75      | 163,34      | витаВ1 - 0,55           | витаС - 27,21  | витаD - 0,59  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |                |               |
| Ca - 280,48                         | I - 419,73 | P - 606,7   | Na - 3 279,42           |                |               |
| F - 605,05                          | Se - 30,37 | Mg - 224,73 | Fe - 9,38               |                |               |

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

| N  | Наименование                              | Салат из свеклы отварной | Мясо кур тушеное с соусом | Каша гречневая с маслом сливочным* | Чай с сахаром | Хлеб пшеничный |
|----|-------------------------------------------|--------------------------|---------------------------|------------------------------------|---------------|----------------|
|    |                                           | / 1.0/                   | / 1.0/                    | / 1.0/                             | / 1.0/        | / 1.0/         |
| 1  | Вода                                      |                          |                           | 0,12000                            | 0,21000       |                |
| 2  | Крупа гречневая                           |                          |                           | 0,04400                            |               |                |
| 3  | Масло подсолнечное                        | 0,00400                  | 0,00200                   |                                    |               |                |
| 4  | Масло сливочное 72,5% жир                 |                          |                           | 0,00500                            |               |                |
| 6  | Мясо птицы (рубашка)                      |                          | 0,06400                   |                                    |               |                |
| 7  | Сахар-песок                               |                          |                           |                                    | 0,01500       |                |
| 8  | Свекла                                    | 0,07100                  |                           |                                    |               |                |
| 9  | Соль поваренная пищевая йодированная      | 0,00200                  |                           | 0,00200                            |               |                |
| 10 | Хлеб пшеничный                            |                          |                           |                                    |               | 0,03000        |
| 11 | Чай                                       |                          |                           |                                    | 0,00100       |                |
| 12 | Лук репчатый                              |                          | 0,00120                   |                                    |               |                |
| 13 | Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л ( |                          | 0,00100                   |                                    |               |                |
| 14 | Морковь                                   |                          | 0,00500                   |                                    |               |                |
| 15 | Мука в/с                                  |                          | 0,00250                   |                                    |               |                |
| 16 | Сахар-песок                               |                          | 0,00075                   |                                    |               |                |
| 17 | Соль йодированная                         |                          | 0,00060                   |                                    |               |                |
| 18 | Томатная паста                            |                          | 0,00200                   |                                    |               |                |

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

| N  | Наименование                         | Салат овощной с кукурузой и морковью | Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью | Рыба, тушенная с овощами | Пюре картофельное с м/сливоч. | Компот из смеси сухофруктов + С витамин | Хлеб пшеничный | Хлеб ржаной |
|----|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|----------------|-------------|
|    |                                      | / 1.0/                               | / 1.0/                                       | / 1.0/                   | / 1.0/                        | / 1.0/                                  | / 1.0/         | / 1.0/      |
| 1  | Аскорбиновая кислота                 |                                      |                                              |                          |                               | 0,00002                                 |                |             |
| 2  | Вода                                 |                                      | 0,15000                                      |                          |                               | 0,20000                                 |                |             |
| 3  | Вода                                 |                                      |                                              | 0,01900                  |                               |                                         |                |             |
| 4  | Картофель                            | 0,02267                              | 0,08000                                      |                          | 0,17100                       |                                         |                |             |
| 5  | Компотная смесь                      |                                      |                                              |                          |                               | 0,02000                                 |                |             |
| 6  | Крупа перловая                       |                                      | 0,00400                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 7  | Кукуруза консервированная            | 0,02500                              |                                              |                          |                               |                                         |                |             |
| 8  | Лавровый лист сухой                  |                                      |                                              | 0,00001                  |                               |                                         |                |             |
| 9  | Лимонная кислота                     |                                      |                                              | 0,00010                  |                               | 0,00020                                 |                |             |
| 10 | Лук репчатый                         | 0,01250                              | 0,00480                                      | 0,01200                  |                               |                                         |                |             |
| 11 | Масло подсолнечное                   | 0,00360                              | 0,00400                                      | 0,00500                  |                               |                                         |                |             |
| 12 | Масло сливочное 72,5% жир            |                                      |                                              |                          | 0,00500                       |                                         |                |             |
| 15 | Минтай                               |                                      |                                              | 0,08670                  |                               |                                         |                |             |
| 16 | Молоко т/п 3,2% 1л.                  |                                      |                                              |                          | 0,02370                       |                                         |                |             |
| 17 | Морковь                              | 0,01884                              | 0,01000                                      | 0,02250                  |                               |                                         |                |             |
| 18 | Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)   |                                      | 0,01400                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 19 | Паста томатная                       |                                      |                                              | 0,00400                  |                               |                                         |                |             |
| 20 | Сахар-песок                          |                                      |                                              | 0,00200                  |                               | 0,02000                                 |                |             |
| 21 | Сметана 15%                          |                                      | 0,00500                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 22 | Соль поваренная пищевая йодированная | 0,00100                              | 0,00100                                      | 0,00150                  | 0,00150                       |                                         |                |             |
| 23 | Укроп                                |                                      | 0,00200                                      |                          |                               |                                         | 0,03000        |             |
| 24 | Хлеб пшеничный                       |                                      |                                              |                          |                               |                                         |                | 0,03000     |
| 25 | Хлеб ржаной                          |                                      |                                              |                          |                               |                                         |                |             |

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 23.09.2022

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход   | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |         |       |
| Салат из свеклы отварной                     |        | 60      | 58    |
| Мясо кур тушеное с соусом                    |        | 50/50   | 142   |
| Каша гречневая с маслом сливочным*           |        | 150     | 153   |
| Чай с сахаром                                |        | 200     | 61    |
| Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 70    |
| Итого:                                       | 62,20  | 540     | 485   |
| <b>Обед</b>                                  |        |         |       |
| Салат овощной с кукурузой и морковью .       |        | 60      | 58    |
| Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью |        | 200/5/2 | 103   |
| Рыба, тушенная с овощами                     |        | 50/50   | 108   |
| Пюре картофельное с м/сливоч.                |        | 150     | 131   |
| Компот из смеси сухофруктов + С витамин      |        | 200     | 124   |
| Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 70    |
| Хлеб ржаной                                  |        | 30      | 78    |
| Итого:                                       | 87,10  | 777     | 672   |
| Всего:                                       | 149,30 | 1 317   | 1 157 |

### Для всего меню

| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |                |               |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|----------------|---------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | витаЕ - 0,36            | витаА - 896,92 | витаВ2 - 0,74 |
| 38,63                               | 38,75      | 163,34      | витаВ1 - 0,55           | витаС - 27,21  | витаD - 0,59  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |                |               |
| Са - 280,48                         | І - 419,73 | Р - 606,7   | Na - 3 279,42           |                |               |
| F - 605,05                          | Se - 30,37 | Mg - 224,73 | Fe - 9,38               |                |               |

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

| N  | Наименование                              | Салат из свеклы отварной | Мясо кур тушеное с соусом | Каша гречневая с маслом сливочным* | Чай с сахаром | Хлеб пшеничный |
|----|-------------------------------------------|--------------------------|---------------------------|------------------------------------|---------------|----------------|
|    |                                           | / 1.0/                   | / 1.0/                    | / 1.0/                             | / 1.0/        | / 1.0/         |
| 1  | Вода                                      |                          |                           | 0,12000                            | 0,21000       |                |
| 2  | Крупа гречневая                           |                          |                           | 0,04400                            |               |                |
| 3  | Масло подсолнечное                        | 0,00400                  | 0,00200                   |                                    |               |                |
| 4  | Масло сливочное 72,5% жир                 |                          |                           | 0,00500                            |               |                |
| 6  | Мясо птицы (рубашка)                      |                          | 0,06400                   |                                    |               |                |
| 7  | Сахар- песок                              |                          |                           |                                    | 0,01500       |                |
| 8  | Свекла                                    | 0,07100                  |                           |                                    |               |                |
| 9  | Соль поваренная пищевая йодированная      | 0,00200                  |                           | 0,00200                            |               |                |
| 10 | Хлеб пшеничный                            |                          |                           |                                    |               | 0,03000        |
| 11 | Чай                                       |                          |                           |                                    | 0,00100       |                |
| 12 | Лук репчатый                              |                          | 0,00120                   |                                    |               |                |
| 13 | Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л ( |                          | 0,00100                   |                                    |               |                |
| 14 | Морковь                                   |                          | 0,00500                   |                                    |               |                |
| 15 | Мука в/с                                  |                          | 0,00250                   |                                    |               |                |
| 16 | Сахар-песок                               |                          | 0,00075                   |                                    |               |                |
| 17 | Соль йодированная                         |                          | 0,00060                   |                                    |               |                |
| 18 | Томатная паста                            |                          | 0,00200                   |                                    |               |                |

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

| N  | Наименование                         | Салат овощной с кукурузой и морковью | Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью | Рыба, тушенная с овощами | Пюре картофельное с м/сливоч. | Компот из смеси сухофруктов + С витамин | Хлеб пшеничный | Хлеб ржаной |
|----|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|----------------|-------------|
|    |                                      | / 1.0/                               | / 1.0/                                       | / 1.0/                   | / 1.0/                        | / 1.0/                                  | / 1.0/         | / 1.0/      |
| 1  | Аскорбиновая кислота                 |                                      |                                              |                          |                               | 0,00002                                 |                |             |
| 2  | Вода                                 |                                      | 0,15000                                      |                          |                               | 0,20000                                 |                |             |
| 3  | Вода                                 |                                      |                                              | 0,01900                  |                               |                                         |                |             |
| 4  | Картофель                            | 0,02267                              | 0,08000                                      |                          | 0,17100                       |                                         |                |             |
| 5  | Компотная смесь                      |                                      |                                              |                          |                               | 0,02000                                 |                |             |
| 6  | Крупа перловая                       |                                      | 0,00400                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 7  | Кукуруза консервированная            | 0,02500                              |                                              |                          |                               |                                         |                |             |
| 8  | Лавровый лист сухой                  |                                      |                                              | 0,00001                  |                               |                                         |                |             |
| 9  | Лимонная кислота                     |                                      |                                              | 0,00010                  |                               | 0,00020                                 |                |             |
| 10 | Лук репчатый                         | 0,01250                              | 0,00480                                      | 0,01200                  |                               |                                         |                |             |
| 11 | Масло подсолнечное                   | 0,00360                              | 0,00400                                      | 0,00500                  |                               |                                         |                |             |
| 12 | Масло сливочное 72,5% жир            |                                      |                                              |                          | 0,00500                       |                                         |                |             |
| 15 | Минтай                               |                                      |                                              | 0,08670                  |                               |                                         |                |             |
| 16 | Молоко т/п 3,2% 1л.                  |                                      |                                              |                          | 0,02370                       |                                         |                |             |
| 17 | Морковь                              | 0,01884                              | 0,01000                                      | 0,02250                  |                               |                                         |                |             |
| 18 | Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)   |                                      | 0,01400                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 19 | Паста томатная                       |                                      |                                              | 0,00400                  |                               |                                         |                |             |
| 20 | Сахар- песок                         |                                      |                                              | 0,00200                  |                               | 0,02000                                 |                |             |
| 21 | Сметана 15%                          |                                      | 0,00500                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 22 | Соль поваренная пищевая йодированная | 0,00100                              | 0,00100                                      | 0,00150                  | 0,00150                       |                                         |                |             |
| 23 | Укроп                                |                                      | 0,00200                                      |                          |                               |                                         |                |             |
| 24 | Хлеб пшеничный                       |                                      |                                              |                          |                               |                                         | 0,03000        |             |
| 25 | Хлеб ржаной                          |                                      |                                              |                          |                               |                                         |                | 0,03000     |

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.