

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Новый Сарбай (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

И.Н. Лукманова



М Е Н Ю

на 23.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное		60	95
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		200/5	247
Какао с молоком		200	119
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	561
Обед			
Винегрет овощной		60	75
Суп картофельный с фасолью и зеленью		200/1	119
Кнели куриные с соусом		100	135
Макаронные изделия отварные		150	168
Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	759
Всего:	162,74	1 276	1 320

Для всего меню

В граммах
Белки 47,56
Жиры 48,01

Углеводы 178,66

витD - 3,26
витB2 - 1,12

Витамины в миллиграммах
вита - 457,28
витE - 0,36
витB1 - 0,52
витC - 11,06

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 418,32 F - 255,75 Fe - 9,04 I - 250,35
K - 1 194,16 Mg - 163,73 Na - 2 559,08 P - 675,48

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Новый Сарбай (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

И.Н. Лукманов



МЕНЮ

на 24.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	80
Рагу овощное из птицы		200	223
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	505	567
Обед			
Салат из редьки		60	47
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		200/5/1	91
Шницель из мяса с соусом		100	196
Каша гречневая рассыпчатая		150	244
Компот из кураги.+ С витамин		200	115
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	840
Всего:	162,74	1 281	1 407

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
42,37		45,03	183,77	витD - 0,58	витА - 766,42	витВ1 - 0,82
				витВ2 - 0,93	витЕ - 0,55	витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 248,6	F - 250,02	Fe - 12,64	I - 215,43
K - 1 774,2	Mg - 261,61	Na - 2 364,7	P - 638,22

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Новый Сарбай (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Ч. Н. Лукичева



МЕНЮ

на 27.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра свекольная		60	111
Котлеты из мяса с соусом		100	196
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	680
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью		60	36
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	110
Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
Макаронные изделия отварные		150	168
Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	786	727
Всего:	162,74	1 326	1 407

Для всего меню

В граммах
Белки 52,49
Жиры 43,7

Углеводы 200,8

витD - 4,06
витB2 - 0,56

Витамины в миллиграммах
вита - 395,86
витE - 0,36
витB1 - 0,57
витC - 24,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 226,65 F - 211,87 Fe - 8,62 I - 217,51
K - 1 077,57 Mg - 118,06 Na - 2 162,8 P - 565,64

Зав. производством

Куликова Л.А.

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Новый Сарбай (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

И.И. Лукманов



МЕНЮ

на 28.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из редьки и моркови		60	45
Плов из птицы		200	305
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	505	614
Обед			
Салат из свеклы с яблоками		60	62
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	162,74	1 276	1 580

Для всего меню

Белки 47,52
Жиры 53,65

Углеводы 198,47

витD - 0,51
витB2 - 0,75

Витамины в миллиграммах
витA - 515,66 витB1 - 0,64
витE - 0,2 витPP - 0,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 256,44 F - 208,96 Fe - 8,82 I - 280,85
K - 1 143,08 Mg - 135 Na - 2 951,55 P - 463,81

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А)

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Новый Сарбай (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

И.Н. Лукьянова



МЕНЮ

на 29.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Фрикадельки из птицы с томатным соусом		100	125
Макаронные изделия отварные		150	168
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	544	521
Обед			
Винегрет овощной		60	75
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
Шницель из мяса с соусом		100	196
Каша гречневая рассыпчатая		150	244
Компот из кураги.+ С витамин		200	115
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	872
Всего:	162,74	1 315	1 393

Для всего меню

В граммах
 Белки 40,26
 Жиры 42,96

Углеводы
 192,93

витD - 0,85
 витB2 - 0,68

Витамины в миллиграммах
 витаА - 1 618,66 витB1 - 0,83
 витE - 0,37 витC - 16,09

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 188,94 F - 122,21 Fe - 11,44 I - 229,03
 K - 1 279,31 Mg - 245,7 Na - 2 294,82 P - 585,06

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г