

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

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

МЕНЮ

на 13.11.2023

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
Витаминизация			
Мандарины		100	38
Итого:	18,01	100	38
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:	180,75	1 426	1 445

Для всего меню

В граммах
Белки 53,29
Жиры 43,9
Углеводы 208,33

витD - 4,06
витB2 - 0,56

Витамины в миллиграммах
вита А - 395,86
витаЕ - 0,41
витB1 - 0,62
витС - 58,65

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 258,15 F - 211,87 Fe - 8,71 I - 217,51
К - 1 077,57 Mg - 127,96 Na - 2 162,8 P - 580,94

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Икра	Котлеты из	Каша перловая	Компот из	Хлеб
		свекольная	мяса с соусом.	рассыпчатая с маслом сливочным	изюма + С витамин.	пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05600	0,12000	0,20300	
3	Изюм*				0,01500	
4	Лимонная к-та*				0,00020	
5	Лук репчатый*	0,01248	0,00720			
6	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00450	0,00400			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
9	Морковь*		0,00500			
10	Мука в/с*		0,00250			
11	Мясо свинины*		0,03700			
12	Перловка весовая*			0,04890		
13	Сахар-песок*	0,00072	0,00075		0,02000	
14	Свекла*	0,05742				
15	Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
16	Сухари панировочные*		0,00500			
17	Томатная паста*	0,00600	0,00200			
18	Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Мандарины*
		/ 1.0/
1	Мандарины свежие*	0,10000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Салат из	Суп	Сосиски	Макаронные	Компот из	Хлеб	Хлеб ржано
		белокачанной капусты с морковью .	картофельный с рыбными консервами с зеленью,	отварные с томатным соусом	изделия отварные **	свежих яблок + С витамин	пшеничный	пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вода*	0,00600	0,15000	0,05000		0,17200		
3	Капуста б/к*	0,05916						
4	Картофель*		0,08000					
5	Консервы рыбные скумбрия 0,240гр и 0,2!		0,01600					
6	Лимонная к-та*	0,00018				0,00020		
7	Лук репчатый*		0,00960	0,00120				
8	Макаронные изделия в ассортименте*				0,05090			
9	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00200	0,00100				
10	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
11	Морковь*	0,00750	0,01000	0,00500				
12	Мука в/с*			0,00250				
13	Пшено*		0,00400					
14	Сахар-песок*	0,00300		0,00075		0,02400		
15	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00060	0,00150			
16	Сосиски *			0,05100				
17	Томатная паста*			0,00200				
18	Укроп свежий*		0,00100					
19	Хлеб пшеничный*						0,03000	
20	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
21	Яблоки КОМПОТ*					0,04540		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 14.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Плов из птицы		200	305
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	504	552
Витаминизация			
Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
Итого:	18,01	200	32
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:	180,75	1 475	1 456

Для всего меню

В граммах
Белки 45,94
Жиры 41,07

Углеводы
207,72

витD - 0,9

Витамины в миллиграммах
вита - 1 861,14 витB1 - 0,8

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 194,19 F - 257,31 Fe - 11,68 I - 284,47
K - 1 440,38 Mg - 267,03 Na - 2 969,17 P - 647,32

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Салат из моркови (припущен.) с сахаром	Плов из птицы*	Чай с лимоном	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*			0,20000	
2	Куры *		0,10600		
3	Лимоны*			0,00400	
4	Лук репчатый*		0,01200		
5	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*		0,00700		
8	Морковь*	0,07200	0,01500		
9	Рис*		0,05250		
10	Сахар-песок*	0,00300		0,01500	
11	Соль йодированная*		0,00150		
12	Томатная паста*		0,00300		
13	Хлеб пшеничный*				0,04000
14	Чай *			0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Компот из свежемороженых ягод + С витамин
		/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *	0,00002
2	Вода*	0,17300
3	Клубника свежемороженая*	0,02100
4	Сахар-песок*	0,01500

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Винегрет овощной	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	Шницель из мяса с соусом,	Каша гречневая рассыпчатая,	Компот из кураги. + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вермишель*		0,00800					
3	Вода		0,14000					
4	Вода*			0,05600	0,10500	0,20300		
5	Гречка *				0,07140			
6	Картофель*	0,01730	0,08000					
7	Курага*					0,02000		
8	Лимонная к-та*					0,00020		
9	Лук репчатый*	0,01074	0,00960	0,00720				
10	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00600	0,00200	0,00400				
11	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
14	Морковь*	0,00756	0,01000	0,00500				
15	Мука в/с*			0,00250				
16	Мясо свинины*			0,03700				
17	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,01128						
18	Сахар-песок*			0,00075		0,02000		
19	Свекла*	0,01146						
20	Соль йодированная*	0,00100	0,00200	0,00060	0,00100			
21	Сухари панировочные*			0,00500				
22	Томатная паста*			0,00200				
23	Укроп свежий*		0,00100					
24	Хлеб пшеничный*			0,00900			0,03000	
25	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

М Е Н Ю

на 15.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с сыром		60	158
Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Жаркое из птицы		200	306
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	180,75	1 351	1 424

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
45,92		46,1	195,33	витD - 0,83 витА - 357,89 витВ1 - 0,7
				витВ2 - 1,13 витЕ - 0,34 витС - 161,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 555,33	F - 268,64	Fe - 10,08	I - 177,69
К - 1 848,5	Mg - 190,5	Na - 2 573,72	P - 718,24

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Бутерброд с	Каша вязкая	Кофейный	Хлеб
		сыром**	молочная	напиток с	пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,06000	0,12000	
2	Кофейный напиток 100г*			0,00500	
3	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,10000	0,10000	
5	Пшено*		0,05000		
6	Сахар-песок*		0,00600	0,02000	
7	Соль йодированная*		0,00100		
8	Сыр плавленый 16,25 гр*	1,00000			
9	Хлеб пшеничный*	0,04000			0,04000

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Яблоко*
		/ 1.0/
1	Яблоки калиброванные*	0,10000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

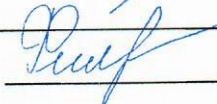
N	Наименование	Салат из	Щи из	Жаркое из	Напиток из	Хлеб	Хлеб _ржано
		соленых	св.капусты с	птицы *	плодов	пшеничный	пшеничный*
		огурцов с	картофелем,		шиповника		
		луком	сметаной и			/ 1.0/	/ 1.0/
		репчатым .	зеленью	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,02700			
2	Вода или бульон		0,16000				
3	Вода*				0,20000		
4	Капуста б/к*		0,05000				
5	Картофель*		0,03200	0,15960			
6	Куры *			0,06400			
7	Лук репчатый*	0,01100	0,00960	0,01440			
8	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00400	0,00720			
11	Морковь*		0,01000				
12	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,06672					
13	Сахар-песок*				0,02000		
14	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
15	Соль йодированная*		0,00160	0,00150			
16	Томатная паста*		0,00200	0,00720			
17	Укроп свежий*		0,00100				
18	Хлеб пшеничный*					0,04000	
19	Хлеб ржано пшеничный*						0,04000
20	Шиповник*				0,02000		

Зав. производством



(Куликова Л.А)

Калькулятор



Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

М Е Н Ю

на 16.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	354
Кисель + С витамин.		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
Витаминизация			
Сок фруктовый в ассортименте		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки и моркови.		60	45
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Рыба, тушенная с овощами ,,		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		50	177
Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	806	762
Всего:	180,75	1 506	1 660

Для всего меню

В граммах
Белки 41,38
Жиры 34,86

Углеводы
266,14

витD - 19,46
витB2 - 1,03

Витамины в миллиграммах
вита - 575,76
витаB1 - 0,61
витаE - 0,21
витаPP - 0,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 426,91 F - 523,36 Fe - 9,86 I - 266,33
K - 1 884,17 Mg - 198,97 Na - 2 249,7 P - 719,69

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Печенье,...	Запеканка 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 1кг.*			0,02400	
4	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*		0,00360		
5	Молоко сгущ. 8,5% 0,380 гр *		0,03000		
6	Печенье весовое*	0,06000			
7	Рис*		0,05400		
8	Сахар-песок*		0,01080	0,01000	
9	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00360		
10	Соль йодированная*		0,00120		
11	Сухари панировочные*		0,00360		
12	Творог м.д.ж. 9% 0,200 гр*		0,02916		
13	Хлеб пшеничный*				0,03000
14	Яйца *		0,14400		

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Сок фруктовый в ассортименте
		/ 1.0/
1	Сок 1л*	0,20000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Салат из редьки и моркови.*	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	Рыба, тушенная с овощами ,,	Пюре картофельное с м/сливоч.	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный*.	Хлеб _ржано пшеничный*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,01900				
2	Вода*		0,15000			0,21000		
3	Картофель*		0,08000		0,17100			
4	Лук репчатый*	0,00825	0,00480	0,01000				
5	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00400	0,00500				
6	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
9	Минтай С/М , Б/Г, П/Ф*			0,08700				
10	Молоко ф/п 2,5% 1л.*				0,02370			
11	Морковь*	0,01650	0,01000	0,02300				
12	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*		0,01340					
13	Перловка весовая*		0,00400					
14	Редька*	0,05486						
15	Сахар-песок*			0,00200		0,01500		
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
17	Соль йодированная*	0,00060	0,00100	0,00100	0,00150			
18	Томатная паста*			0,00400				
19	Укроп свежий*		0,00100					
20	Хлеб пшеничный*						0,05000	
21	Хлеб ржано пшеничный*							0,04000
22	Чай *					0,00100		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

М Е Н Ю

на 17.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
Макаронные изделия отварные		150	168
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
Витаминизация			
Фрукты (нарезка)		150	71
Итого:	18,01	150	71
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:	180,75	1 461	1 541

Для всего меню

В граммах
Белки 42,36
Жиры 55,34

Углеводы
201,42

витD - 0,48
витB2 - 0,55

Витамины в миллиграммах
витА - 393,88 витB1 - 0,66
витE - 0,37 витC - 25,64

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 251,72 F - 85,39 Fe - 10,62 I - 264,47
K - 1 162,32 Mg - 113,43 Na - 2 546,64 P - 401,96

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из	Фрикадельки	Макаронные	Чай с сахаром	Хлеб
		белокочанной капусты с морковью	из птицы с томатным соусом.	изделия отварные **		пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,00600	11,05000		0,21000	
2	Капуста б/к*	0,05916				
3	Куры *		0,04900			
4	Лимонная к-та*	0,00018				
5	Лук репчатый*		0,00120			
6	Макаронные изделия в ассортименте*			0,05090		
7	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00100			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
10	Морковь*	0,00750	0,00500			
11	Мука в/с*		0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00300	0,00075		0,01500	
13	Соль йодированная*	0,00100	0,00060	0,00150		
14	Томатная паста*		0,00200			
15	Хлеб пшеничный*		0,00800			0,03000
16	Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Фрукты
		(нарезка)
		/ 1.0/
1	Яблоко салатное*	0,15500

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из	Суп	Биточки	Компот из	Хлеб	Хлеб ржано
		свеклы с яблоками,	картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью	запеченные в сметанном соусе с рисом	смеси сухофруктов + С витамин	пшеничный	пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода*		0,14000	0,15980	0,20000		
3	Горох*		0,01620				
4	Картофель*		0,05330				
5	Лимонная к-та*				0,00020		
6	Лук репчатый*		0,00900				
7	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00360	0,00400	0,00300			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500			
11	Морковь*		0,01000				
12	Мука в/с*			0,00375			
13	Мясо свинины*			0,03700			
14	Рис*			0,05250			
15	Сахар-песок*	0,00200			0,02000		
16	Свекла*	0,05148					
17	Смесь сухофруктов*				0,02000		
18	Сметана 15% 0,5 кг*			0,01250			
19	Соль йодированная*	0,00200	0,00200	0,00100			
20	Сухари панировочные*			0,00500			
21	Сыр *			0,00220			
22	Укроп свежий*		0,00100				
23	Хлеб пшеничный*			0,00900		0,03000	
24	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
25	Яблоки КОМПОТ*	0,02176					

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

МЕНЮ

на 13.11.2023

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
Витаминизация			
Мандарины*		100	38
Итого:	18,01	100	38
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:	180,75	1 426	1 445

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
53,29		43,9	208,33	витD - 4,06	витА - 395,86	витВ1 - 0,62
				витВ2 - 0,56	витЕ - 0,41	витС - 58,65
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 258,15	F - 211,87	Fe - 8,71	I - 217,51			
К - 1 077,57	Mg - 127,96	Na - 2 162,8	P - 580,94			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 2

N	Наименование	День 1 Неделя 2				
		Икра свекольная / 1.0/	Котлеты из мяса с соусом. / 1.0/	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным / 1.0/	Компот из изюма + С витамин. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05600	0,12000	0,20300	
3	Изюм*				0,01500	
4	Лимонная к-та*				0,00020	
5	Лук репчатый*	0,01248	0,00720			
6	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00450	0,00400			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
9	Морковь*		0,00500			
10	Мука в/с*		0,00250			
11	Мясо свинины*		0,03700			
12	Перловка весовая*			0,04890		
13	Сахар-песок*	0,00072	0,00075		0,02000	
14	Свекла*	0,05742				
15	Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
16	Сухари панировочные*		0,00500			
17	Томатная паста*	0,00600	0,00200			
18	Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 1 Неделя 2

N	Наименование	Мандарины*
		/ 1.0/
1	Мандарины свежие*	0,10000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 2

N	Наименование	День 1 Неделя 2						
		Салат из белокочанной капусты с морковью / 1.0/	Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью, / 1.0/	Сосиски отварные с томатным соусом / 1.0/	Макаронные изделия отварные ** / 1.0/	Компот из свежих яблок + С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вода*	0,00600	0,15000	0,05000		0,17200		
3	Капуста б/к*	0,05916						
4	Картофель*		0,08000					
5	Консервы рыбные скумбрия 0,240гр и 0,2!		0,01600					
6	Лимонная к-та*	0,00018				0,00020		
7	Лук репчатый*		0,00960	0,00120				
8	Макаронные изделия в ассортименте*				0,05090			
9	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00200	0,00100				
10	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
11	Морковь*	0,00750	0,01000	0,00500				
12	Мука в/с*			0,00250				
13	Пшено*		0,00400					
14	Сахар-песок*	0,00300		0,00075		0,02400		
15	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00060	0,00150			
16	Сосиски *			0,05100				
17	Томатная паста*			0,00200				
18	Укроп свежий*		0,00100					
19	Хлеб пшеничный*						0,03000	
20	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
21	Яблоки КОМПОТ*					0,04540		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 14.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Плов из птицы*		200	305
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	504	552
Витаминизация			
Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
Итого:	18,01	200	32
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:	180,75	1 475	1 456

Для всего меню

В граммах
Белки 45,94
Жиры 41,07

Углеводы
207,72

витD - 0,9

Витамины в миллиграммах
вита А - 1 861,14 витВ1 - 0,8

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 194,19
К - 1 440,38

F - 257,31
Mg - 267,03

Fe - 11,68
Na - 2 969,17

I - 284,47
P - 647,32

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Салат из моркови (припушен.) с сахаром			Плов из птицы*		Чай с лимоном		Хлеб пшеничный	
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*						0,20000			
2	Куры *			0,10600						
3	Лимоны*					0,00400				
4	Лук репчатый*			0,01200						
5	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*			0,00700						
8	Морковь*	0,07200		0,01500						
9	Рис*			0,05250						
10	Сахар-песок*	0,00300				0,01500				
11	Соль йодированная*			0,00150						
12	Томатная паста*			0,00300						
13	Хлеб пшеничный*								0,04000	
14	Чай *					0,00100				

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Компот из свежемороженых ягод + С витамин	
		/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *	0,00002	
2	Вода*	0,17300	
3	Клубника свежемороженая*	0,02100	
4	Сахар-песок*	0,01500	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 2 Неделя 2

N	Наименование	Винегрет овощной		Суп картофельный с вермишелью и зеленью		Шницель из мяса с соусом,		Каша гречневая рассыпчатая,		Компот из кураги.+ С витамин		Хлеб пшеничный		Хлеб ржано пшеничный	
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *									0,00002					
2	Вермишель*			0,00800											
3	Вода			0,14000											
4	Вода*					0,05600		0,10500		0,20300					
5	Гречка *							0,07140							
6	Картофель*	0,01730		0,08000											
7	Курага*									0,02000					
8	Лимонная к-та*									0,00020					
9	Лук репчатый*	0,01074		0,00960		0,00720									
10	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00600		0,00200		0,00400									
11	Масло сливочное крестьянское 72,5% по							0,00500							
14	Морковь*	0,00756		0,01000		0,00500									
15	Мука в/с*					0,00250									
16	Мясо свинины*					0,03700									
17	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,01128													
18	Сахар-песок*					0,00075				0,02000					
19	Свекла*	0,01146													
20	Соль йодированная*	0,00100		0,00200		0,00060		0,00100							
21	Сухари панировочные*					0,00500									
22	Томатная паста*					0,00200									
23	Укроп свежий*			0,00100											
24	Хлеб пшеничный*					0,00900						0,03000			
25	Хлеб ржано пшеничный*													0,03000	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

М Е Н Ю

на 15.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с сыром		60	158
Каша вязкая молочная пшенная,,		200/5	297
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
Витаминизация			
Яблоко*,		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Жаркое из птицы *		200	306
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		40	101
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	180,75	1 351	1 424

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,92		46,1	195,33	витD - 0,83	витА - 357,89	витВ1 - 0,7
				витВ2 - 1,13	витЕ - 0,34	витС - 161,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 555,33	F - 268,64	Fe - 10,08	I - 177,69
К - 1 848,5	Mg - 190,5	Na - 2 573,72	P - 718,24

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

		День 3 Неделя 2			
N	Наименование	Бутерброд с сыром*.*	Каша вязкая молочная пшеничная,,	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,06000	0,12000	
2	Кофейный напиток 100г*			0,00500	
3	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,10000	0,10000	
5	Пшено*		0,05000		
6	Сахар-песок*		0,00600	0,02000	
7	Соль йодированная*		0,00100		
8	Сыр плавленый 16,25 гр*	1,00000			
9	Хлеб пшеничный*	0,04000			0,04000

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

		День 3 Неделя 2
N	Наименование	Яблоко*,
		/ 1.0/
1	Яблоки калиброванные*	0,10000

Расход продуктов по блюдам - Обед

		День 3 Неделя 2					
N	Наименование	Салат из соленых огурцов с луком репчатым .	Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью	Жаркое из птицы *	Напиток из плодов шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб _ржано пшеничный*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,02700			
2	Вода или бульон		0,16000				
3	Вода*				0,20000		
4	Капуста б/к*		0,05000				
5	Картофель*		0,03200	0,15960			
6	Куры *			0,06400			
7	Лук репчатый*	0,01100	0,00960	0,01440			
8	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00400	0,00720			
11	Морковь*		0,01000				
12	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,06672					
13	Сахар-песок*				0,02000		
14	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
15	Соль йодированная*		0,00160	0,00150			
16	Томатная паста*		0,00200	0,00720			
17	Укроп свежий*		0,00100				
18	Хлеб пшеничный*					0,04000	
19	Хлеб ржано пшеничный*						0,04000
20	Шиповник*				0,02000		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 _____/_____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 16.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,...		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	354
Кисель + С витамин.		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
Витаминизация			
Сок фруктовый в ассортименте		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки и моркови.*		60	45
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Рыба, тушенная с овощами ,,		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный*.		50	177
Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	94,94	806	762
Всего:	180,75	1 506	1 660

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD -	вита -	витB1 -
41,38	34,86	266,14	19,46	575,76	0,61
			витB2 -	вите -	витPP -
			1,03	0,21	0,24
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 426,91	F - 523,36	Fe - 9,86	I - 266,33		
K - 1 884,17	Mg - 198,97	Na - 2 249,7	P - 719,69		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
 Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	День 4 Неделя 2			
		Печенье,...	Запеканка 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 1кг.*			0,02400	
4	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*		0,00360		
5	Молоко сгущ. 8,5% 0,380 гр *		0,03000		
6	Печенье весовое*	0,06000			
7	Рис*		0,05400		
8	Сахар-песок*		0,01080	0,01000	
9	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00360		
10	Соль йодированная*		0,00120		
11	Сухари панировочные*		0,00360		
12	Творог м.д.ж. 9% 0,200 гр*		0,02916		
13	Хлеб пшеничный*				0,03000
14	Яйца *		0,14400		

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Сок фруктовый в ассортименте
		/ 1.0/
1	Сок 1л*	0,20000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	День 4 Неделя 2						
		Салат из редьки и моркови.*	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	Рыба, тушеная с овощами ,,	Пюре картофельное с м/сливоч.	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный*.	Хлеб _ржано пшеничный*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,01900				
2	Вода*		0,15000			0,21000		
3	Картофель*		0,08000		0,17100			
4	Лук репчатый*	0,00825	0,00480	0,01000				
5	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00400	0,00500				
6	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
9	Минтай С/М , Б/Г, П/Ф*			0,08700				
10	Молоко ф/п 2,5% 1л.*				0,02370			
11	Морковь*	0,01650	0,01000	0,02300				
12	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*		0,01340					
13	Перловка весовая*		0,00400					
14	Редька*	0,05486						
15	Сахар-песок*			0,00200		0,01500		
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
17	Соль йодированная*	0,00060	0,00100	0,00100	0,00150			
18	Томатная паста*			0,00400				
19	Укроп свежий*		0,00100					
20	Хлеб пшеничный*						0,05000	
21	Хлеб ржано пшеничный*							0,04000
22	Чай *					0,00100		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 17.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
Макаронные изделия отварные **		150	168
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
Витаминизация			
Фрукты (нарезка)		150	71
Итого:	18,01	150	71
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:	180,75	1 461	1 541

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
42,36	55,34	201,42

витD - 0,48
витB2 - 0,55

Витамины в миллиграммах

вита - 393,88	витB1 - 0,66
витаE - 0,37	витC - 25,64

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 251,72	F - 85,39	Fe - 10,62	I - 264,47
K - 1 162,32	Mg - 113,43	Na - 2 546,64	P - 401,96

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из белокочанной капусты с морковью	Фрикадельки из птицы с томатным соусом.	Макаронные изделия отварные **	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,00600	11,05000		0,21000	
2	Капуста б/к*	0,05916				
3	Куры *		0,04900			
4	Лимонная к-та*	0,00018				
5	Лук репчатый*		0,00120			
6	Макаронные изделия в ассортименте*			0,05090		
7	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00100			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
10	Морковь*	0,00750	0,00500			
11	Мука в/с*		0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00300	0,00075		0,01500	
13	Соль йодированная*	0,00100	0,00060	0,00150		
14	Томатная паста*		0,00200			
15	Хлеб пшеничный*		0,00800			0,03000
16	Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Фрукты (нарезка)
		/ 1.0/
1	Яблоко салатное*	0,15500

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из свеклы с яблоками,	Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью	Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом	Компот из смеси сухофруктов + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода*		0,14000	0,15980	0,20000		
3	Горох*		0,01620				
4	Картофель*		0,05330				
5	Лимонная к-та*				0,00020		
6	Лук репчатый*		0,00900				
7	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00360	0,00400	0,00300			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500			
11	Морковь*		0,01000				
12	Мука в/с*			0,00375			
13	Мясо свинины*			0,03700			
14	Рис*			0,05250			
15	Сахар-песок*	0,00200			0,02000		
16	Свекла*	0,05148					
17	Смесь сухофруктов*				0,02000		
18	Сметана 15% 0,5 кг*			0,01250			
19	Соль йодированная*	0,00200	0,00200	0,00100			
20	Сухари панировочные*			0,00500			
21	Сыр *			0,00220			
22	Укроп свежий*		0,00100				
23	Хлеб пшеничный*			0,00900		0,03000	
24	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
25	Яблоки КОМПОТ*	0,02176					

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 _____ / _____



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Угорье (школьники) ,

М Е Н Ю на 13.11.2023

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			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	вита	витB1
52,49	43,7	200,8	4,06	395,86	0,57
			витB2	вита	витC
			0,56	0,36	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.)
 Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 2

N	Наименование	День 1 Неделя 2				
		Икра свекольная	Котлеты из мяса с соусом.	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	Компот из изюма + С витамин.	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05600	0,12000	0,20300	
3	Изюм*				0,01500	
4	Лимонная к-та*				0,00020	
5	Лук репчатый*	0,01248	0,00720			
6	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00450	0,00400			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
9	Морковь*		0,00500			
10	Мука в/с*		0,00250			
11	Мясо свинины*		0,03700			
12	Перловка весовая*			0,04890		
13	Сахар-песок*	0,00072	0,00075		0,02000	
14	Свекла*	0,05742				
15	Соль йодированная*		0,00060	0,00150		
16	Сухари панировочные*		0,00500			
17	Томатная паста*	0,00600	0,00200			
18	Хлеб пшеничный*		0,00900			0,03000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 2

N	Наименование	День 1 Неделя 2						
		Салат из белокочанной капусты с морковью .	Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью,	Сосиски отварные с томатным соусом	Макаронные изделия отварные **	Компот из свежих яблок + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вода*	0,00600	0,15000	0,05000		0,17200		
3	Капуста б/к*	0,05916						
4	Картофель*		0,08000					
5	Консервы рыбные скумбрия 0,240гр и 0,2!		0,01600					
6	Лимонная к-та*	0,00018				0,00020		
7	Лук репчатый*		0,00960	0,00120				
8	Макаронные изделия в ассортименте*				0,05090			
9	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00200	0,00100				
10	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
11	Морковь*	0,00750	0,01000	0,00500				
12	Мука в/с*			0,00250				
13	Пшено*		0,00400					
14	Сахар-песок*	0,00300		0,00075		0,02400		
15	Соль йодированная*	0,00100	0,00100	0,00060	0,00150			
16	Сосиски *			0,05100				
17	Томатная паста*			0,00200				
18	Укроп свежий*		0,00100					
19	Хлеб пшеничный*						0,03000	
20	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
21	Яблоки КОМПОТ*					0,04540		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (школьники) ,

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 14.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром		60	49
Плов из птицы*		200	305
Чай с лимоном		200/3,5	97
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	504	552
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	1 275	1 424

Для всего меню

В граммах
Белки 45,27
Жиры 40,77

Углеводы
200,04

витD - 0,9

Витамины в миллиграммах
вита - 1 861,14 витB1 - 0,8

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 193,89 F - 257,31 Fe - 11,63 I - 284,47
K - 1 440,38 Mg - 267,03 Na - 2 969,17 P - 647,32

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 2 Неделя 2

N	Наименование	День 2 Неделя 2			
		Салат из моркови (припущен.) с сахаром / 1.0/	Плов из птицы* / 1.0/	Чай с лимоном / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода*			0,20000	
2	Куры *		0,10600		
3	Лимоны*			0,00400	
4	Лук репчатый*		0,01200		
5	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*		0,00700		
8	Морковь*	0,07200	0,01500		
9	Рис*		0,05250		
10	Сахар-песок*	0,00300		0,01500	
11	Соль йодированная*		0,00150		
12	Томатная паста*		0,00300		
13	Хлеб пшеничный*				0,04000
14	Чай *			0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 2 Неделя 2

N	Наименование	День 2 Неделя 2						
		Винегрет овощной / 1.0/	Суп картофельный с вермишелью и зеленью / 1.0/	Шницель из мяса с соусом, / 1.0/	Каша гречневая рассыпчатая, / 1.0/	Компот из кураги. + С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *					0,00002		
2	Вермишель*		0,00800					
3	Вода		0,14000					
4	Вода*			0,05600	0,10500	0,20300		
5	Гречка *				0,07140			
6	Картофель*	0,01730	0,08000					
7	Курага*					0,02000		
8	Лимонная к-та*					0,00020		
9	Лук репчатый*	0,01074	0,00960	0,00720				
10	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00600	0,00200	0,00400				
11	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
14	Морковь*	0,00756	0,01000	0,00500				
15	Мука в/с*			0,00250				
16	Мясо свинины*			0,03700				
17	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,01128						
18	Сахар-песок*			0,00075		0,02000		
19	Свекла*	0,01146						
20	Соль йодированная*	0,00100	0,00200	0,00060	0,00100			
21	Сухари панировочные*			0,00500				
22	Томатная паста*			0,00200				
23	Укроп свежий*		0,00100					
24	Хлеб пшеничный*			0,00900		0,03000		
25	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (школьники) ,

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 15.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с сыром		60	158
Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
Кофейный напиток с молоком		200	101
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
Жаркое из птицы *		200	306
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	726	657
Всего:	162,74	1 231	1 314

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,74		45,3	173,79	витD - 0,84	вита - 354,89	витB1 - 0,69
				витB2 - 1,12	вите - 0,34	витC - 157,63
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 546,75	F - 267,5	Fe - 8,11	I - 176,89			
K - 1 621,16	Mg - 182,17	Na - 2 642,66	P - 712,37			

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Бутерброд с сыром*.*	Каша вязкая молочная пшенная,,	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*		0,06000	0,12000	
2	Кофейный напиток 100г*			0,00500	
3	Масло сливочное крестьянское 72,5% по		0,00500		
4	Молоко ф/п 2,5% 1л.*		0,10000	0,10000	
5	Пшено*		0,05000		
6	Сахар-песок*		0,00600	0,02000	
7	Соль йодированная*		0,00100		
8	Сыр плавленый 16,25 гр*	1,00000			
9	Хлеб пшеничный*	0,04000			0,04000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Салат из соленых огурцов с луком репчатым .	Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью	Жаркое из птицы *	Напиток из плодов шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,02700			
2	Вода или бульон		0,16000				
3	Вода*				0,20000		
4	Капуста б/к*		0,05000				
5	Картофель*		0,03200	0,15960			
6	Куры *			0,06400			
7	Лук репчатый*	0,01100	0,00960	0,01440			
8	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00400	0,00720			
11	Морковь*		0,01000				
12	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*	0,06672					
13	Сахар-песок*				0,02000		
14	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
15	Соль йодированная*		0,00160	0,00150			
16	Томатная паста*		0,00200	0,00720			
17	Укроп свежий*		0,00100				
18	Хлеб пшеничный*					0,03000	
19	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
20	Шиповник*				0,02000		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (школьники),

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

М Е Н Ю

на 16.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,...		60	260
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	354
Кисель + С витамин.		200	119
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
Обед			
Салат из редьки и моркови.*		60	45
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
Рыба, тушеная с овощами ,,		100	105
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	622
Всего:	162,74	1 276	1 436

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 19,23	Витамины в миллиграммах	
37,79	34,36	229,32	витB2 - 0,8	вита - 575,76	витB1 - 0,51
				витE - 0,21	витPP - 0,24
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 386,41	F - 509,66	Fe - 8,32	I - 264,73		
K - 1 813,17	Mg - 179,27	Na - 1 939,2	P - 657,39		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	День 4 Неделя 2			
		Печенье,...	Запеканка 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 1кг.*			0,02400	
4	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*		0,00360		
5	Молоко сгущ. 8,5% 0,380 гр *		0,03000		
6	Печенье весовое*	0,06000			
7	Рис*		0,05400		
8	Сахар-песок*		0,01080	0,01000	
9	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00360		
10	Соль йодированная*		0,00120		
11	Сухари панировочные*		0,00360		
12	Творог м.д.ж. 9% 0,200 гр*		0,02916		
13	Хлеб пшеничный*				0,03000
14	Яйца *		0,14400		

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	День 4 Неделя 2						
		Салат из редьки и моркови.*	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	Рыба, тушенная с овощами ,,	Пюре картофельное с м/сливоч.	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода			0,01900				
2	Вода*		0,15000			0,21000		
3	Картофель*		0,08000		0,17100			
4	Лук репчатый*	0,00825	0,00480	0,01000				
5	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00400	0,00500				
6	Масло сливочное крестьянское 72,5% по				0,00500			
9	Минтай С/М , Б/Г, П/Ф*			0,08700				
10	Молоко ф/п 2,5% 1л.*				0,02370			
11	Морковь*	0,01650	0,01000	0,02300				
12	Огурцы соленые 3л(1,6кг)ШКОЛЫ*		0,01340					
13	Перловка весовая*		0,00400					
14	Редька*	0,05486						
15	Сахар-песок*			0,00200		0,01500		
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500					
17	Соль йодированная*	0,00060	0,00100	0,00100	0,00150			
18	Томатная паста*			0,00400				
19	Укроп свежий*		0,00100					
20	Хлеб пшеничный*						0,03000	
21	Хлеб ржано пшеничный*							0,03000
22	Чай *					0,00100		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (школьники),

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

М Е Н Ю

на 17.11.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
Макаронные изделия отварные **		150	168
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
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	1 311	1 470

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
41,76		54,74	186,72	витD - 0,43	вита - 393,83	витB1 - 0,63
				витB2 - 0,52	витаE - 0,37	витC - 19,64
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 230,6	F - 74,83	Fe - 7,75	I - 261,83			
K - 816,21	Mg - 101,68	Na - 2 517	P - 387,6			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из	Фрикадельки	Макаронные	Чай с сахаром	Хлеб
		белокачанной капусты с морковью	из птицы с томатным соусом.	изделия отварные **		пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода*	0,00600	11,05000		0,21000	
2	Капуста б/к*	0,05916				
3	Куры *		0,04900			
4	Лимонная к-та*	0,00018				
5	Лук репчатый*		0,00120			
6	Макаронные изделия в ассортименте*			0,05090		
7	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00300	0,00100			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
10	Морковь*	0,00750	0,00500			
11	Мука в/с*		0,00250			
12	Сахар-песок*	0,00300	0,00075		0,01500	
13	Соль йодированная*	0,00100	0,00060	0,00150		
14	Томатная паста*		0,00200			
15	Хлеб пшеничный*		0,00800			0,03000
16	Чай *				0,00100	

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из	Суп	Биточки	Компот из	Хлеб	Хлеб ржано
		свеклы с яблоками,	картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью	запеченные в сметанном соусе с рисом	смеси сухофруктов + С витамин	пшеничный	пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода*		0,14000	0,15980	0,20000		
3	Горох*		0,01620				
4	Картофель*		0,05330				
5	Лимонная к-та*				0,00020		
6	Лук репчатый*		0,00900				
7	Масло подсолнечное 1 л (0,920 кг)*	0,00360	0,00400	0,00300			
8	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500			
11	Морковь*		0,01000				
12	Мука в/с*			0,00375			
13	Мясо свинины*			0,03700			
14	Рис*			0,05250			
15	Сахар-песок*	0,00200			0,02000		
16	Свекла*	0,05148					
17	Смесь сухофруктов*				0,02000		
18	Сметана 15% 0,5 кг*			0,01250			
19	Соль йодированная*	0,00200	0,00200	0,00100			
20	Сухари панировочные*			0,00500			
21	Сыр *			0,00220			
22	Укроп свежий*		0,00100				
23	Хлеб пшеничный*			0,00900		0,03000	
24	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000
25	Яблоки КОМПОТ*	0,02176					

Зав. производством  (Куликова Л.А)Калькулятор  Фролова Л.Г