

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП «ЗДОРОВИЕ И СЫТ»"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (школьники)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 27.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
<b>Обед</b>			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№259 Жаркое из птицы		200	306
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	726	657
Всего:	162,74	1 231	1 314

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD	витA
43,74	45,3	173,79	0,84	354,89
			витB2	витB1
			1,12	0,69
				витE
				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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 27.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшенная		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
Итого:	18,01	200	32
<b>Обед</b>			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым		60	35
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№259 Жаркое из птицы		200	306
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	180,75	1 451	1 409

Для всего меню

В граммах	Жиры	Углеводы
Белки	46	193,21
46,19		

витD - 0,83  
витB2 - 1,11

Витамины в миллиграммах  
витА - 354,89    витB1 - 0,68  
витЕ - 0,34    витС - 157,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 541,55	F - 261,6	Fe - 8,22	I - 175,93
К - 1 617,76	Mg - 182,67	Na - 2 553,96	P - 708,67

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 27.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшеничная		200/5	297
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	656
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
Итого:	18,01	200	32
<b>Обед</b>			
№21 Салат из соленых огурцов с луком репчатым		60	35
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№259 Жаркое из птицы		200	306
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	746	721
Всего:	180,75	1 451	1 409

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,83	вита - 354,89	витВ1 - 0,68
46,19	46	193,21	витВ2 - 1,11	витЕ - 0,34	витС - 157,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 541,55	F - 261,6	Fe - 8,22	I - 175,93
K - 1 617,76	Mg - 182,67	Na - 2 553,96	P - 708,67

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 №



МЕНЮ

на 28.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье		60	260
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		180/30	354
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
<b>Витаминизация</b>			
№ПР Мандарины		100	38
Итого:	18,01	100	38
<b>Обед</b>			
№58 Салат из редьки и моркови		60	45
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	806	762
Всего:	180,75	1 406	1 614

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
41,18	35,06	253,47

витD - 19,46
витB2 - 1,03

Витамины в миллиграммах	
витА - 575,76	витB1 - 0,64
витE - 0,26	витPP - 0,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 444,41	F - 523,36	Fe - 9,35	I - 266,33
K - 1 884,17	Mg - 200,87	Na - 2 249,7	P - 720,99

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "Кли здорв и сыт"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



**М Е Н Ю**

на 28.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье		60	260
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		180/30	354
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
<b>Витаминизация</b>			
№ПР Мандарины		100	38
Итого:	18,01	100	38
<b>Обед</b>			
№58 Салат из редьки и моркови		60	45
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	94,94	806	762
Всего:	180,75	1 406	1 614

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	вита	витВ1
41,18	35,06	253,47	- 19,46	- 575,76	- 0,64
			витВ2 - 1,03	витЕ - 0,26	витРР - 0,24
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 444,41	F - 523,36	Fe - 9,35	I - 266,33		
К - 1 884,17	Mg - 200,87	Na - 2 249,7	P - 720,99		

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 № \_\_\_\_\_



МЕНЮ

на 28.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье		60	260
№188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн		180/30	354
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	500	814
<b>Обед</b>			
№58 Салат из редьки и моркови		60	45
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	94
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	622
Всего:	162,74	1 276	1 436

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 19,23	вита - 575,76
37,79	34,36	229,32	витB2 - 0,8	витB1 - 0,51
Минеральные вещества в миллиграммах			витE - 0,21	витPP - 0,24
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

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "КДП «Здоровье и Сыт»"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

**М Е Н Ю**

на 29.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
<b>Витаминация</b>			
№338 Фрукты (нарезка)		100	47
Итого:	18,01	100	47
<b>Обед</b>			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	180,75	1 411	1 517

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,48	вита - 393,88	витВ1 - 0,66
42,16	55,14	196,52	витВ2 - 0,55	витаЕ - 0,37	витС - 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.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ЮП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 29.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
<b>Витаминация</b>			
№338 Фрукты (нарезка)		100	47
Итого:	18,01	100	47
<b>Обед</b>			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	180,75	1 411	1 517

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,48	витА - 393,88	витВ1 - 0,66
42,16	55,14	196,52	витВ2 - 0,55	витЕ - 0,37	витС - 25,64

Минеральные вещества в миллиграммах

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

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 № \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

на 29.12.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	36
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны отварные		150	168
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	67,80	540	504
<b>Обед</b>			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	127
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	497
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	771	966
Всего:	162,74	1 311	1 470

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,43	витА - 393,83	витВ1 - 0,63
41,76	54,74	186,72	витВ2 - 0,52	витЕ - 0,37	витС - 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