

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)



М Е Н Ю

на 01.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	170
Итого:		505	567
Всего:	74,58	505	567

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
18,54		15,23	66,6

Витамины в миллиграммах		
вита А - 437,8	витаВ1 - 0,22	витаВ2 - 0,31
витаС - 16,59	витаЕ - 0,55	витаD - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 586,7	K - 704,55	Ca - 85,4	Mg - 62,19
P - 222,43	Fe - 3,6	I - 44,63	Se - 10,53

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Зинина И.Ю.

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



Директор школы № _____

МЕНЮ

на 01.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая..		60	80
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный*.*		45	170
Итого:	74,58	505	567
Обед			
№57 Салат из редьки**		60	47
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№268/759 Шницель из мяса с соусом,		100	196
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	244
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	776	840
Всего:	179,01	1 281	1 407

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
42,37	45,03	183,77

Витамины в миллиграммах		
вита А - 766,42	витВ1 - 0,82	витВ2 - 0,93
витС - 41,28	витРР - 0,15	витаЕ - 0,55

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 364,7	K - 1 774,2	Ca - 248,6	Mg - 261,61
P - 638,22	Fe - 12,64	I - 215,43	Se - 27,69

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Зинина И.Ю.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВЬЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 04.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	829
Всего:	74,58	540	829

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 94,08	витВ1 - 0,38 витВ2 - 0,21
18,51	25,13	129,7		
Минеральные вещества в миллиграммах				
Na - 848,44	K - 242,59	Ca - 76,5	Mg - 47,23	
P - 310,74	Fe - 4,06	I - 76,58	Se - 18,86	

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 № _____



МЕНЮ

на 04.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	260
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	196
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	829
Обед			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		60	47
№388 Уха рыбацкая		15/200/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	935
Всего:	179,01	1 326	1 764

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА -	ВитВ1 -	ВитВ2 -
41	77,49	229,56	117,56	0,6	0,54
			ВитС - 25,33	ВитРР - 0,19	ВитЕ - 0,36
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 934,29	K - 918,17	Ca - 183,71	Mg - 113,04		
P - 585,75	Fe - 9,11	I - 178,39	Se - 35,7		

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 05.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№291 Плов из птицы		200	305
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	74,58	504	541
Всего:	74,58	504	541

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 1	витВ1 - 0,16	витВ2 - 0,27
21,24	10,96	79,16	397,11		
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 129,62	K - 412,8	Ca - 74,01	Mg - 73,76		
P - 223,95	Fe - 3,05	I - 112,96	Se - 8,13		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 05.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№291 Плов из птицы		200	305
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	74,58	504	541
Обед			
№67 Винегрет овощной .		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	770	852
Всего:	179,01	1 274	1 393

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витаВ1 -	витаВ2 -
46,13	42,55	195,34	1 781,83	0,8	0,87

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 763,81	K - 1 129,22	Ca - 180,96	Mg - 255,86
P - 637,26	Fe - 11,6	I - 259,63	Se - 25,41

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 06.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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:	74,58	505	656
Всего:	74,58	505	656

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
22,04		19,13	97,36	витА - 72,09
				витВ1 - 0,39
				витВ2 - 0,56
Минеральные вещества в миллиграммах				
Na - 897,56	K - 482,88	Ca - 420,4	Mg - 96,44	
P - 427,4	Fe - 3,38	I - 55,58	Se - 12,1	

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



"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ФГО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы №

МЕНЮ

на 06.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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:	74,58	505	656
Обед			
№57 Салат из редьки		60	47
№99 Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
№259 Жаркое из птицы		200	306
№348 Компот из кураги. + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	101
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	746	763
Всего:	179,01	1 251	1 419

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 340,82	витВ1 - 0,71	витВ2 - 1,12	
45,99	46,09	195,71	витС - 38,35	витРР - 0,15	витD - 0,83	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 814,87	K - 2 029,24	Ca - 563,49	Mg - 202,57			
P - 736,81	Fe - 8,87	I - 260,4	Se - 33,59			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДН "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 07.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№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:	74,58	540	601
Обед			
№52 Салат из свеклы отварной		60	56
№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
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	806	711
Всего:	179,01	1 346	1 312

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА - 578,94	витВ1 - 0,54	витВ2 - 1,04
36,75	29,02	205,34	витС - 39,79	витЕ - 0,01	витD - 19,46

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 866,75	K - 1 945,13	Ca - 419,23	Mg - 174,64
P - 652,63	Fe - 8,86	I - 342	Se - 31,68

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДМ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 07.03.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№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:	74,58	540	601
Всего:	74,58	540	601

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА -	ВИТВ1 -	ВИТВ2 -
13,2	8,71	114,7	30,94	0,15	0,33
			ВИТС - 17,34	ВИТЕ - 0,01	ВИТD - 8,81
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 590,25	K - 429,38	Ca - 219,45	Mg - 48,75		
P - 246,36	Fe - 3,38	I - 49,28	Se - 4,92		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г