

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 01.04.2024

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 01.04.2024

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 А -	вита В1 -	вита В2 -	вита Е -
41	77,49	229,56	117,56	0,6	0,54	0,36
			вита С - 25,33	вита РР - 0,19		
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 "ЖДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 01.04.2024

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		180	220
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	570	880
Обед			
№47/Акт Салат из квашеной капусты		100	35
№388 Уха рыбацкая		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	956
Всего:	208,21	1 476	1 836

Для всего меню

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
42,31	79,36	241,5

Витамины в миллиграммах		
вита А - 117,56	витаВ1 - 0,59	витаВ2 - 0,53
витаС - 11,01	витаЕ - 0,36	витаD - 2,01

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 788,31	K - 819,54	Ca - 160,29	Mg - 105,23
P - 570,5	Fe - 8,82	I - 178,23	Se - 35,67

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДГ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 02.04.2024

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	108
Итого:	74,58	504	549
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	1 401

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 1	витВ1 - 0,8	витВ2 - 0,87
46,13	42,55	195,34	1 781,83		
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 (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 02.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		100	64
№291 Плов из птицы		250	382
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:	86,75	594	651
Обед			
№67 Винегрет овощной		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		250	104
№268/759 Шницель из мяса с соусом,		100	196
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	85
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	890	951
Всего:	208,21	1 484	1 602

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А -	витаВ1 -	витаВ2 -
53,92	51,17	220,73	1 865,07	0,74	0,84
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 3 238,32	K - 1 141,51	Ca - 184,58	Mg - 217,75		
P - 585,9	Fe - 10,39	I - 295,16	Se - 24,18		

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)



МЕНЮ

на 02.04.2024

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	108
Итого:	74,58	504	549
Всего:	74,58	504	549

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. (Куликова Л.А)

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 03.04.2024

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	108
Итого:	74,58	505	664
Всего:	74,58	505	664

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
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 03.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№3 Бутерброд с сыром		60	158
№173 Каша вязкая молочная пшенная		250/5	371
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:	86,75	555	738
Обед			
№57 Салат из редьки		100	88
№99 Суп из овощей со сметаной и зеленью.		250/5/1	105
№259 Жаркое из птицы		250	317
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	121,46	886	844
Всего:	208,21	1 441	1 583

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы
49,77	54,28	215,68

Витамины в миллиграммах
ВИТА - 341,6
ВИТС - 52,85

Витамины в миллиграммах
ВИТВ1 - 0,75
ВИТВ2 - 1,14
ВИТПР - 0,24
ВИТЕ - 0,2

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 348,98	K - 2 269,73	Ca - 584,32	Mg - 217,2
P - 761,48	Fe - 9,56	I - 205,32	Se - 33,64

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 03.04.2024

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	108
Итого:	74,58	505	664
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	108
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	104,43	746	771
Всего:	179,01	1 251	1 435

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
45,99	46,09	195,71	340,82	0,71	1,12
			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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

на 04.04.2024

МЕНЮ

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:	86,75	540	601
Обед			
№52 Салат из свеклы отварной		100	93
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	117
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	121,46	926	799
Всего:	208,21	1 466	1 400

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
38,37	33,6	215,18	- 619,78	- 0,56	- 1,06
			витС - 43,66	витЕ - 0,01	витD - 19,46

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 200,33	K - 2 114,37	Ca - 456,98	Mg - 187,6
P - 681,39	Fe - 9,57	I - 380,31	Se - 32,27

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 04.04.2024

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

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
13,2		8,71	114,7	витА - 30,94
				витВ1 - 0,15
				витВ2 - 0,33
				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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 04.04.2024

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 свежезамороженных 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 "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 05.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		60	60
№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:	74,58	540	528
Всего:	74,58	540	528

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 235,42	витВ1 - 0,21	витВ2 - 0,13
16,3	16,79	68,69	витС - 5,48	витЕ - 0,37	витD - 0,16
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 982,6	K - 229,5	Ca - 72,83	Mg - 42,59		
P - 170,9	Fe - 3,1	I - 92,37	Se - 1,93		

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 (многодетные 5-11 класс)

МЕНЮ

на 05.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		100	100
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные		180	202
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	601
Обед			
№75 Икра морковная		100	115
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	150
№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:	121,46	871	1 042
Всего:	208,21	1 481	1 644

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 1	витВ1	витВ2
46,22	66,26	202,03	227,72	0,59	0,48
			витС - 13,6	витЕ - 0,37	витD - 0,43

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 709,21	K - 448,51	Ca - 175,77	Mg - 96,14
P - 390,77	Fe - 6,78	I - 152,81	Se - 12

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 05.04.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		60	60
№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:	74,58	540	528
Обед			
№75 Икра морковная		60	69
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	150
№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:	104,43	781	996
Всего:	179,01	1 321	1 524

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 1	витВ1	витВ2
43,74	59,85	189,02	227,72	0,59	0,48
			витС - 13,6	витЕ - 0,37	витD - 0,43

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 709,21	K - 448,51	Ca - 175,77	Mg - 96,14
P - 390,77	Fe - 6,78	I - 152,81	Se - 12

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г