



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



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

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

М Е Н Ю на 29.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	88
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	293
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	555	618
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№355 Солянка по домашнему		10/10/250/1	126
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	911	913
Всего:	219,66	1 466	1 532

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 4,68	вита - 352,36	витВ1 - 1,04
49,89	53,73	200,27	витВ2 - 1,19	витаЕ - 0,36	витС - 12,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 456,97	F - 197,37	Fe - 12,47	I - 213,87		
К - 1 645,77	Mg - 194,23	Na - 2 454,98	P - 830,9		

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

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



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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



МЕНЮ

на 29.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	88
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	293
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	555	618
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№355 Солянка по домашнему		10/10/250/1	126
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	911	913
Всего:	219,66	1 466	1 532

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
49,89	Жиры	200,27	витD - 4,68	вита - 352,36	витB1 - 1,04
	53,73		витB2 - 1,19	витE - 0,36	витC - 12,33

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 456,97	F - 197,37	Fe - 12,47	I - 213,87
К - 1 645,77	Mg - 194,23	Na - 2 454,98	P - 830,9

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 29.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	88
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		200/5	201
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	505	526
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№355 Солянка по домашнему		10/10/200/1	112
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	196
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	791	823
Всего:	188,86	1 296	1 348

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 4,68	вита - 351,97	витВ1 - 0,96
43,74	44,76	176,34	витВ2 - 1,18	витаЕ - 0,36	витС - 11,19
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 440,92	F - 191,3	Fe - 11,64	I - 195,32		
K - 1 515,41	Mg - 180,38	Na - 2 279,17	P - 789,74		

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 №



на 29.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	88
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		200/5	201
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	505	526
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№355 Солянка по домашнему		10/10/200/1	112
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	196
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	791	823
Всего:	188,86	1 296	1 348

Для всего меню

В граммах
 Белки 43,74
 Жиры 44,76
 Углеводы 176,34

Витамины в миллиграммах
 витD - 4,68
 витB2 - 1,18

Витамины в миллиграммах
 ВИТА - 351,97
 ВИТЕ - 0,36
 витB1 - 0,96
 витC - 11,19

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 440,92
 К - 1 515,41
 F - 191,3
 Mg - 180,38
 Fe - 11,64
 Na - 2 279,17
 I - 195,32
 P - 789,74

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 30.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		100	104
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	172
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	625
Обед			
№62 Салат из моркови (припуш.) с сахаром		100	98
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты "Московские"		100	171
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	816
Всего:	219,66	1 501	1 441

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
48,94	49,14	203,36

витD - 8,92
 витB2 - 0,62

Витамины в миллиграммах

вита - 1 476,03	витB1 - 0,66
витаE - 0,36	витC - 29,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 200,7	F - 129,09	Fe - 10,24	I - 267,23
K - 1 066,42	Mg - 185,92	Na - 2 536,96	P - 521,73

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



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

МЕНЮ

на 30.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		100	104
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	172
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	625
Обед			
№62 Салат из моркови (припуц.) с сахаром		100	98
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты "Московские"		100	171
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	816
Всего:	219,66	1 501	1 441

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 8,92	вита - 1 476,03	витВ1 - 0,66
48,94	49,14	203,36	витВ2 - 0,62	витаЕ - 0,36	витС - 29,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 200,7	F - 129,09	Fe - 10,24	I - 267,23
К - 1 066,42	Mg - 185,92	Na - 2 536,96	P - 521,73

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 (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 30.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	580
Обед			
№62 Салат из моркови с сахаром		60	49
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№270 Котлеты "Московские"		100	171
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	211
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	771	705
Всего:	188,86	1 311	1 285

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 8,9	вита - 1 433,07	витВ1 - 0,73
42,35	43,45	185,89	витВ2 - 0,64	витЕ - 0,36	витС - 26,63
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 214,5	F - 123,52	Fe - 11,09	I - 265,4		
К - 986,6	Mg - 221,77	Na - 2 525,29	P - 567,76		

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 30.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	580
Обед			
№62 Салат из моркови с сахаром		60	49
№103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	95
№270 Котлеты "Московские"		100	171
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,		150	211
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	771	705
Всего:	188,86	1 311	1 285

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 8,9	витА - 1 433,07	витВ1 - 0,73
42,35	43,45	185,89	витВ2 - 0,64	витЕ - 0,36	витС - 26,63
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 214,5	F - 123,52	Fe - 11,09	I - 265,4		
К - 986,6	Mg - 221,77	Na - 2 525,29	P - 567,76		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Татьяна Самарина А.И.



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (многолетние 5-11 класс)

МЕНЮ

на 31.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		250	279
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		45	133
Итого:	91,52	595	565
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервирован.		100	92
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	897
Всего:	219,66	1 491	1 462

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
47,56	49,54	204,88

Витамины в миллиграммах

витD - 0,58	витА - 840,76	витВ1 - 0,73
витВ2 - 0,83	витЕ - 0,02	витС - 33,86

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 226,71	F - 267,46	Fe - 11,05	I - 163,08
К - 1 648,2	Mg - 166,73	Na - 1 939,96	P - 557,66

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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



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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



МЕНЮ

на 31.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы		250	279
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		45	133
Итого:	91,52	595	565
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервирован.		100	92
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		250/5/1	114
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№304 Рис отварной с м/сливочным.		180	232
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	897
Всего:	219,66	1 491	1 462

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
47,56	49,54	204,88

Витамины в миллиграммах

витD - 0,58	вита - 840,76	витB1 - 0,73
витB2 - 0,83	витE - 0,02	витC - 33,86

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 226,71	F - 267,46	Fe - 11,05	I - 163,08
K - 1 648,2	Mg - 166,73	Na - 1 939,96	P - 557,66

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 31.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		45	133
Итого:	78,68	545	509
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зел		200/5/1	91
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	815
Всего:	188,86	1 321	1 324

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,58	витА - 811,88	витВ1 - 0,69
40,4	43,45	183,62	витВ2 - 0,83	витЕ - 0,01	витС - 30,74
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 218,02	F - 266,37	Fe - 10,53	I - 162,98		
К - 1 642,39	Mg - 159,02	Na - 1 939,84	P - 532,05		

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 31.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№289 Рагу овощное из птицы.		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		45	133
Итого:	78,68	545	509
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зел.		200/5/1	91
№268/759 Шницель из мяса с соусом		100	196
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	815
Всего:	188,86	1 321	1 324

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,58	вита - 811,88	витВ1 - 0,69
40,4	43,45	183,62	витВ2 - 0,83	витаЕ - 0,01	витС - 30,74

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 218,02	F - 266,37	Fe - 10,53	I - 162,98
K - 1 642,39	Mg - 159,02	Na - 1 939,84	P - 532,05

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 03.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	172
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	574	660
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	140
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	901	872
Всего:	219,66	1 475	1 532

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,79	вита - 303,07	витВ1 - 0,96
55,93	54,15	216,08	витВ2 - 0,57	витаЕ - 0,36	витС - 20,78

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 240,59	F - 73,85	Fe - 12,57	I - 214,64
К - 1 145,15	Mg - 157,08	Na - 2 134,01	P - 619,75

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 (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 03.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	172
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	574	660
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	140
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	901	872
Всего:	219,66	1 475	1 532

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,79	вита - 303,07	витB1 - 0,96
55,93	54,15	216,08	витB2 - 0,57	витаE - 0,36	витC - 20,78

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 240,59	F - 73,85	Fe - 12,57	I - 214,64
K - 1 145,15	Mg - 157,08	Na - 2 134,01	P - 619,75

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 №

Л.А. Куликова



на 03.02.2025

М Е Н Ю

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	544	545
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	97
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	781	725
Всего:	188,86	1 325	1 270

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
47,7	46,92	189,31	ВИТD - 0,79	ВИТА - 222,35
			ВИТВ2 - 0,55	ВИТB1 - 0,93
				ВИТЕ - 0,36
				ВИТС - 14,91
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 227,78	F - 68,43	Fe - 12,9	I - 171,9	
K - 972,67	Mg - 151,87	Na - 1 782,87	P - 628,16	

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 03.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Печенье		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	544	545
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	97
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	781	725
Всего:	188,86	1 325	1 270

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
47,7	46,92	189,31

Витамины в миллиграммах

витD - 0,79	витА - 222,35	витВ1 - 0,93
витВ2 - 0,55	витЕ - 0,36	витС - 14,91

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 227,78	F - 68,43	Fe - 12,9	I - 171,9
К - 972,67	Mg - 151,87	Na - 1 782,87	P - 628,16

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



Директор школы № _____

Prof. Kamayevskiy

МЕНЮ

на 04.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		60	60
№291 Плов из птицы		200	289
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	586
Обед			
№75 Икра морковная		60	69
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		150	137
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	110,17	806	722
Всего:	188,86	1 306	1 308

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 19,17	Витамины в миллиграммах
42,79	43,14	181,09		вита - 1 930,56 витВ1 - 0,53
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 287,28	F - 662,62	Fe - 7,66	I - 403,94	
K - 1 718,94	Mg - 190,05	Na - 3 391,63	P - 608,09	

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фрлова Л.Г.

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



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____



МЕНЮ

на 04.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		60	60
№291 Плов из птицы		200	289
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	586
Обед			
№75 Икра морковная		60	69
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе		200/5/1	91
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		40	110
Итого:	110,17	806	722
Всего:	188,86	1 306	1 308

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD -	витА - 1 930,56 витВ1 - 0,53
42,79	43,14	181,09	19,17	
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 287,28	F - 662,62	Fe - 7,66	I - 403,94	
K - 1 718,94	Mg - 190,05	Na - 3 391,63	P - 608,09	

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)



МЕНЮ

на 04.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		100	61
№291 Плов из птицы		250	382
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	590	680
Обед			
№75 Икра морковная		100	253
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зел		250/5/1	114
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	816
Всего:	219,66	1 486	1 496

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 19,03	витА - 1 930,56 витВ1 - 0,48
49,73	51,37	205,38		

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 372,70	F - 656,27	Fe - 7,05	I - 403,3
K - 1 675,84	Mg - 182,55	Na - 3 230,83	P - 579,29

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



МЕНЮ

на 04.02.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№Акт Салат Степной		100	61
№291 Плов из птицы		250	382
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	590	680
Обед			
№75 Икра морковная		100	253
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе:		250/5/1	114
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№АКТ Компст из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	816
Всего:	219,66	1 486	1 496

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 19,03	вита - 1 930,56 витВ1 - 0,48
49,73	51,37	205,38		

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 272,78	F - 656,27	Fe - 7,05	I - 403,3
K - 1 675,84	Mg - 182,55	Na - 3 230,83	P - 579,29

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г