

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоровый СЫТ"



Соскова К.Ю.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

МЕНЮ

на 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		200/5	283
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	78,68	500	588
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	129
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	782
Всего:	188,86	1 276	1 370

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
39,55	41,66	188,35

Витамины в миллиграммах

ВИТА - 235,98	ВИТВ1 - 0,61	ВИТВ2 - 0,66
ВИТС - 20,35	ВИТЕ - 0,95	ВИТD - 0,48

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 939,15	K - 890,71	Ca - 369,9	Mg - 184,5
P - 612,64	Fe - 9,72	I - 197,72	Se - 35,81

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 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		200/5	283
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	78,68	500	588
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	129
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным		150	210
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	782
Всего:	188,86	1 276	1 370

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
39,55		41,66	188,35

Витамины в миллиграммах		
витА - 235,98	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,66
витС - 20,35	вите - 0,95	витD - 0,48

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 939,15	K - 890,71	Ca - 369,9	Mg - 184,5
P - 612,64	Fe - 9,72	I - 197,72	Se - 35,81

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 № _____



Татьяна...

МЕНЮ

на 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		250/5	375
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	91,52	550	680
Обед			
№ПР Икра кабачковая		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным		180	232
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	825
Всего:	219,66	1 446	1 505

Для всего меню

Белки 45
Жиры 49
Углеводы 204,85

витА - 105,1
витС - 32,68

Витамины в миллиграммах
витВ1 - 0,61
витВ2 - 0,63
витРР - 0,03
витЕ - 1,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 835,8
K - 922,43
Ca - 368,37
P - 623,29
Fe - 10,05
I - 138,26

Mg - 190,74
Se - 32,55

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

ТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Л.А. Куликова

МЕНЮ

на 24.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		250/5	375
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:	91,52	550	680
Обед			
№ПР Икра кабачковая		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№304 Рис отварной с м/сливочным		180	232
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	825
Всего:	219,66	1 446	1 505

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45	49	204,85	витА - 105,1	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,63
			витС - 32,68	витРР - 0,03	витЕ - 1,15
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 835,8	K - 922,43	Ca - 368,37	Mg - 190,74		
P - 623,29	Fe - 10,05	I - 138,26	Se - 32,55		

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 25.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком		60	54
№207 Макароны , запеченные с сыром		200	282
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	588
Обед			
№75 Икра свекольная		60	111
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	145
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	736
Всего:	188,86	1 276	1 324

Для всего меню

В граммах
Белки 42,44 Жиры 41,8 Углеводы 201

Витамины в миллиграммах
вита - 376,79 витВ1 - 0,66 витВ2 - 0,71
витС - 32,08 витЕ - 0,39 витD - 0,54

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 752,58 K - 1 339,35 Ca - 325,74 Mg - 126,75
P - 475,56 Fe - 7,81 I - 142,01 Se - 18,12

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 25.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком		60	54
№207 Макароны , запеченные с сыром		200	282
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	588
Обед			
№75 Икра свекольная		60	111
№96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/1	160
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	145
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	776	736
Всего:	188,86	1 276	1 324

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
42,44	41,8	201

Витамины в миллиграммах

вита А - 376,79	витаВ1 - 0,66	витаВ2 - 0,71
витаС - 32,08	витаЕ - 0,39	витаD - 0,54

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 752,58	K - 1 339,35	Ca - 325,74	Mg - 126,75
P - 475,56	Fe - 7,81	I - 142,01	Se - 18,12

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г. 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 25.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком		100	90
№207 Макароны , запеченные с сыром		210	299
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	640
Обед			
№75 Икра свекольная		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	127
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	145
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	176
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	816
Всего:	219,66	1 446	1 456

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74
46,01	49,18	222,3	витС - 34,35	витЕ - 0,36	витD - 0,7

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34

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 №



М Е Н Ю

на 25.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№46 Салат из белокачанной капусты с яблоком		100	90
№207 Макароны , запеченные с сыром		210	299
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	550	640
Обед			
№75 Икра свекольная		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	127
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	145
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	176
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	816
Всего:	219,66	1 446	1 456

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
46,01	49,18	222,3

Витамины в миллиграммах

вита - 456,43	витВ1 - 0,66	витВ2 - 0,74
витС - 34,35	витЕ - 0,36	витD - 0,7

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 701,3	K - 1 505,01	Ca - 319,34	Mg - 129,88
P - 485,78	Fe - 8,13	I - 251,16	Se - 19,34

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 26.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припуц.) и кураги		60	38
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	486
Обед			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	111
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	770	732
Всего:	188,86	1 270	1 218

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 1	витВ1	витВ2
42,64	43,45	177,17	946,68	0,71	0,88
			витаС - 24,56	витЕ - 0,37	витD - 0,69
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 946,24	K - 1 827,25	Ca - 214,26	Mg - 276,49		
P - 642,89	Fe - 11,54	I - 171,1	Se - 26,57		

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)



Директор школы №

МЕНЮ

на 26.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припуш.) и кураги		60	38
№289 Рагу овощное из птицы		200	223
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	78,68	500	486
Обед			
№67 Винегрет овощной		60	75
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.		200	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	111
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	770	732
Всего:	188,86	1 270	1 218

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 1 946,68	витаВ1 - 0,71	витаВ2 - 0,88
42,64	43,45	177,17	витаС - 24,56	витаЕ - 0,37	витаD - 0,69
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 946,24	K - 1 827,25	Ca - 214,26	Mg - 276,49		
P - 642,89	Fe - 11,54	I - 171,1	Se - 26,57		

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Фролова Л.Г.

ЕРЖДАЮ
ктор
"КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"
Сод

Директор школы №

ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

на 26.11.2025

Для всего меню

Витамины в миллиграммах		
витА - 2 029,92	витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,73
витС - 26,33	витЕ - 0,37	витD - 0,58

Na - 2 221,15	K - 1 802,34	Ca - 201,88	Mg - 232,78
P - 565,53	Fe - 9,89	I - 205,35	Se - 22,94

_(Куликова Л.А)

Фролова Л.Г.

Директор
ООО "КДП" "Здоров и сыт"



ГБОУ СОШ Угорье (5-11 класс)

Директор школы №



на 26.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		100	64
№289 Рагу овощное из птицы		250	319
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	580	570
Обед			
№67 Винегрет овощной		100	125
№108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью		250	104
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл		180	203
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	890	875
Всего:	219,66	1 470	1 445

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
52,09	56,9	207,29	ВитА - 2 029,92	ВитВ1 - 0,61	ВитВ2 - 0,73
			ВитС - 26,33	ВитЕ - 0,37	ВитD - 0,58
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 221,15	K - 1 802,34	Ca - 201,88	Mg - 232,78		
P - 565,53	Fe - 9,89	I - 205,35	Se - 22,94		

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 27.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	253
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	535	500
Обед			
№Акт Салат Степной		60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	117
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		200	497
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	726	909
Всего:	188,86	1 261	1 410

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 587,64	витВ1 - 0,54	витВ2 - 0,65
40,26	56,49	179,15	витС - 159,56	витЕ - 0,34	витD - 8,83

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 918,43	K - 931,99	Ca - 262,51	Mg - 98
P - 365,34	Fe - 6,85	I - 179,77	Se - 15,98

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 № _____



Л.А. Куликова

МЕНЮ

на 27.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	253
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	535	500
Обед			
№Акт Салат Степной		60	60
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		200/5/1	117
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		200	497
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	726	909
Всего:	188,86	1 261	1 410

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,26	56,49	179,15	вита А - 587,64	вита В1 - 0,54	вита В2 - 0,65
			вита С - 159,56	вита Е - 0,34	вита D - 8,83
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 918,43	K - 931,99	Ca - 262,51	Mg - 98		
P - 365,34	Fe - 6,85	I - 179,77	Se - 15,98		

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 27.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл		250/5	299
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	585	545
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		250/5/1	134
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	292
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	723
Всего:	219,66	1 451	1 268

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 574,47	витаВ1 - 0,55	витаВ2 - 0,68
40,96	49,14	198,79	витаС - 160,34	витаРР - 0,1	витаЕ - 0,34
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 1 930,43	K - 956,81	Ca - 276,91	Mg - 99,82		
P - 377,04	Fe - 6,82	I - 171,85	Se - 14,22		

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 №



М Е Н Ю

на 27.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко		100	47
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл		250/5	299
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	585	545
Обед			
№Акт Салат Степной		100	61
№99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью		250/5/1	134
№272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом		250	292
№388 Напиток из плодов шиповника		200	88
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	723
Всего:	219,66	1 451	1 268

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
40,96	49,14	198,79	вита - 574,47	витВ1 - 0,55	витВ2 - 0,68
			витС - 160,34	витРР - 0,1	вите - 0,34

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 930,43	K - 956,81	Ca - 276,91	Mg - 99,82
P - 377,04	Fe - 6,82	I - 171,85	Se - 14,22

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 28.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки		60	47
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	126
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	470
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы		200	209
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	734
Всего:	188,86	1 271	1 204

Для всего меню

В граммах
Белки 45,31 Жиры 43,04 Углеводы 168,53

Витамины в миллиграммах
витА - 257,64 витВ1 - 0,78 витВ2 - 0,73
витС - 40,43 витРР - 0,15 витD - 0,43

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 245,11 K - 1 417,34 Ca - 202,16 Mg - 225,74
P - 594,8 Fe - 11,39 I - 228,89 Se - 27,09

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 28.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки		60	47
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	126
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	111
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	78,68	540	470
Обед			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	32
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/200/1	213
№259 Жаркое из птицы		200	209
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	110,17	731	734
Всего:	188,86	1 271	1 204

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
45,31	43,04	168,53

Витамины в миллиграммах

витА - 257,64	витВ1 - 0,78	витВ2 - 0,73
витС - 40,43	витРР - 0,15	витD - 0,43

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 245,11	K - 1 417,34	Ca - 202,16	Mg - 225,74
P - 594,8	Fe - 11,39	I - 228,89	Se - 27,09

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)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 28.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки		100	88
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	126
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	603
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	156
№259 Жаркое из птицы		250	291
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	789
Всего:	219,66	1 481	1 392

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 341,37	витВ1 - 0,75	витВ2 - 0,72
50,83	52,62	201,04	витС - 60,8	витРР - 0,24	вите - 0,2
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 274,02	K - 1 660,95	Ca - 238,32	Mg - 200,64		
P - 563,07	Fe - 10,77	I - 232,86	Se - 28,58		

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 28.11.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№57 Салат из редьки		100	88
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	126
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	603
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью		10/250/1	156
№259 Жаркое из птицы		250	291
№349 Компот из смеси сухофруктов		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	789
Всего:	219,66	1 481	1 392

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
50,83	52,62	201,04	341,37	0,75	0,72
			витС - 60,8	витРР - 0,24	вите - 0,2
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 274,02	K - 1 660,95	Ca - 238,32	Mg - 200,64		
P - 563,07	Fe - 10,77	I - 232,86	Se - 28,58		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г