

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



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



М Е Н Ю на 29.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		60	69
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	662
Всего:	74,58	540	662

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витВ1 - 0,3	витВ2 - 0,24	витЕ - 0,36
18,19	22,97	94,16	витС - 19,46	витD - 8,56	вита - 920,52
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 107,45	F - 54,33	Fe - 6,21	I - 75,96		
K - 359,75	Mg - 163,61	Na - 753,84	P - 327,67		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

N	Наименование	День 1 Неделя 1				
		Икра морковная: / 1.0/	Сосиски отварные с томатным соусом / 1.0/	Каша гречневая рассыпчатая, / 1.0/	Кисель + С витамин. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05000	0,10500	0,19000	
3	Гречка *			0,07140		
4	кисель 1кг.*				0,02400	
5	Лук репчатый*	0,01248	0,00120			
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00450	0,00100			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
8	Морковь*	0,05700	0,00500			
9	Мука в/с*		0,00250			
10	Сахар-песок*	0,00100	0,00075		0,001000	
11	Соль йодированная*	0,00100	0,00060	0,00100		
12	Сосиски *		0,05100			
13	Томатная паста*	0,00600	0,00200			
14	Хлеб пшеничный*					0,03000

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИ.СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Георгиевка (дети мобилизованных родителей 1-4класс)

МЕНЮ

на 29.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		60	69
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	662
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№291 Плов из птицы		200	305
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	726	746
Всего:	179,01	1 266	1 408

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
43,87	43,88	204,47

витD - 8,8
 витB2 - 0,61

Витамины в миллиграммах
 витA - 1 358,63 витB1 - 0,48
 витE - 0,91 витC - 37,95

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 257,56	F - 212,37	Fe - 9,85	I - 244,3
K - 862,32	Mg - 244,12	Na - 2 333,01	P - 592,15

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

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра морковная: / 1.0/	Сосиски отварные с томатным соусом / 1.0/	Каша гречневая рассыпчатая, / 1.0/	Кисель + С витамин. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05000	0,10500	0,19000	
3	Гречка *			0,07140		
4	кисель 1кг.*				0,02400	
5	Лук репчатый*	0,01248	0,00120			
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00450	0,00100			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
8	Морковь*	0,05700	0,00500			
9	Мука в/с*		0,00250			
10	Сахар-песок*	0,00100	0,00075		0,01000	
11	Соль йодированная*	0,00100	0,00060	0,00100		
12	Сосиски *		0,05100			
13	Томатная паста*	0,00600	0,00200			
14	Хлеб пшеничный*					0,03000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра кабачковая.. / 1.0/	Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью / 1.0/	Плов из птицы* / 1.0/	Компот из смеси сухофруктов + С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода или бульон		0,16000				
3	Вода*				0,20000		
4	Икра кабачковая 0,520 гр*	0,06200					
5	Капуста б/к*		0,05000				
6	Картофель*		0,03200				
7	Куры *			0,10600			
8	Лимонная к-та*				0,00020		
9	Лук репчатый*		0,00960	0,01200			
10	Масло подсолнечное 1 л *		0,00400	0,00700			
13	Морковь*		0,01000	0,01500			
14	Рис*			0,05250			
15	Сахар-песок*				0,02000		
16	Смесь сухофруктов*				0,02000		
17	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
18	Соль йодированная*		0,00160	0,00150			
19	Томатная паста*		0,00200	0,00300			
20	Укроп свежий*		0,00100				
21	Хлеб пшеничный*					0,03000	
22	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДМ" "ЗДОРОВ И СЫТ"



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



МЕНЮ на 29.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		100	115
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	757
Обед			
№ПР Икра кабачковая		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№291 Плов из птицы		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	866	892
Всего:	208,21	1 476	1 649

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
52,75	55,89	232,63

витD - 8,81
 витB2 - 0,54

Витамины в миллиграммах
 витА - 1 230,13 витB1 - 0,4
 витE - 1,11 витPP - 0,03

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 254,83	F - 193,13	Fe - 8,66	I - 219,28
K - 811,09	Mg - 204,61	Na - 2 523,41	P - 535,27

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра	Сосиски	Каша	Кисель + С	Хлеб
		морковная: / 1.0/	отварные с томатным соусом / 1.0/	гречневая с маслом сл. / 1.0/	витамин. / 1.0/	пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05000	0,14400	0,19000	
3	Гречка *			0,04500		
4	кисель 1кг.*				0,02400	
5	Лук репчатый*	0,02080	0,00120			
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00750	0,00100			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00600		
8	Морковь*	0,09500	0,00500			
9	Мука в/с*		0,00250			
10	Сахар-песок*	0,00167	0,00075		0,01000	
11	Соль йодированная*	0,00167	0,00060	0,00200		
12	Сосиски *		0,05100			
13	Томатная паста*	0,01000	0,00200			
14	Хлеб пшеничный*					0,03000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра	Щи из	Плов из	Компот из	Хлеб	Хлеб ржано
		кабачковая* / 1.0/	св.капусты с картофелем зеленью. / 1.0/	птицы** / 1.0/	смеси сухофрукт С витамин / 1.0/	пшеничный / 1.0/	пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода*		0,20000		0,20000		
3	Икра кабачковая 0,520 гр*	0,10000					
4	Капуста б/к*		0,06250				
5	Картофель*		0,05000				
6	Куры *			0,10600			
7	Лимонная к-та*				0,00020		
8	Лук репчатый*		0,01200	0,01600			
9	Масло подсолнечное 1 л *		0,00500	0,00900			
12	Морковь*		0,01250	0,02000			
13	Рис*			0,07000			
14	Сахар-песок*				0,02000		
15	Смесь сухофруктов*				0,02000		
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
17	Соль йодированная*		0,00125	0,00200			
18	Томатная паста*		0,00100	0,00400			
19	Укроп свежий*		0,00100				
20	Хлеб пшеничный*					0,03000	
21	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.



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

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Георгиевка (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

МЕНЮ на 29.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		100	115
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	293
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	610	757
Обед			
№ПР Икра кабачковая		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№291 Плов из птицы		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	866	892
Всего:	208,21	1 476	1 649

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
52,75	55,89	232,63

Витамины в миллиграммах

витD - 8,81	витB1 - 0,4
витB2 - 0,54	витE - 1,11
	витPP - 0,03

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 254,83	F - 193,13	Fe - 8,66	I - 219,28
K - 811,09	Mg - 204,61	Na - 2 523,41	P - 535,27

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра морковная..	Сосиски отварные с томатным соусом	Каша гречневая с маслом сл.	Кисель + С витамин.	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05000	0,14400	0,19000	
3	Гречка *			0,04500		
4	кисель 1кг.*				0,02400	
5	Лук репчатый*	0,02080	0,00120			
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00750	0,00100			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00600		
8	Морковь*	0,09500	0,00500			
9	Мука в/с*		0,00250			
10	Сахар-песок*	0,00167	0,00075		0,01000	
11	Соль йодированная*	0,00167	0,00060	0,00200		
12	Сосиски *		0,05100			
13	Томатная паста*	0,01000	0,00200			0,03000
14	Хлеб пшеничный*					

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра кабачковая*	Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.	Плов из птицы**	Компот из смеси сухофруктов + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода*		0,20000		0,20000		
3	Икра кабачковая 0,520 гр*	0,10000					
4	Капуста б/к*		0,06250				
5	Картофель*		0,05000				
6	Куры *			0,10600			
7	Лимонная к-та*				0,00020		
8	Лук репчатый*		0,01200	0,01600			
9	Масло подсолнечное 1 л *		0,00500	0,00900			
12	Морковь*		0,01250	0,02000			
13	Рис*			0,07000			
14	Сахар-песок*				0,02000		
15	Смесь сухофруктов*				0,02000		
16	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
17	Соль йодированная*		0,00125	0,00200			
18	Томатная паста*		0,00100	0,00400			
19	Укроп свежий*		0,00100			0,03000	
20	Хлеб пшеничный*						
21	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Георгиевка (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 29.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		60	69
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№883/Акт Кисель + С витамин.		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	540	662
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	80
№291 Плов из птицы		200	305
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	726	746
Всего:	179,01	1 266	1 408

Для всего меню

В граммах
 Белки 43,87
 Жиры 43,88

Углеводы 204,47

ВитD - 8,8
 ВитB2 - 0,61

Витамины в миллиграммах
 ВИТА - 1 358,63
 ВИТЕ - 0,91
 ВИТB1 - 0,48
 ВИТC - 37,95

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 257,56 F - 212,37 Fe - 9,85 I - 244,3
 K - 862,32 Mg - 244,12 Na - 2 333,01 P - 592,15

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра морковная: / 1.0/	Сосиски отварные с томатным соусом / 1.0/	Каша гречневая рассыпчатая, / 1.0/	Кисель с С витамин. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002	
2	Вода*		0,05000	0,10500	0,19000	
3	Гречка *			0,07140		
4	кисель 1кг.*				0,02400	
5	Лук репчатый*	0,01248	0,00120			
6	Масло подсолнечное 1 л *	0,00450	0,00100			
7	Масло сливочное крестьянское 72,5% по			0,00500		
8	Морковь*	0,05700	0,00500			
9	Мука в/с*		0,00250			
10	Сахар-песок*	0,00100	0,00075		0,01000	
11	Соль йодированная*	0,00100	0,00060	0,00100		
12	Сосиски *		0,05100			
13	Томатная паста*	0,00600	0,00200			
14	Хлеб пшеничный*					0,03000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Икра кабачковая.. / 1.0/	Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью / 1.0/	Плов из птицы* / 1.0/	Компот из смеси сухофруктов + С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржано пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота *				0,00002		
2	Вода или бульон		0,16000				
3	Вода*				0,20000		
4	Икра кабачковая 0,520 гр*	0,06200					
5	Капуста б/к*		0,05000				
6	Картофель*		0,03200				
7	Куры *			0,10600			
8	Лимонная к-та*				0,00020		
9	Лук репчатый*		0,00960	0,01200			
10	Масло подсолнечное 1 л *		0,00400	0,00700			
13	Морковь*		0,01000	0,01500			
14	Рис*			0,05250			
15	Сахар-песок*				0,02000		
16	Смесь сухофруктов*				0,02000		
17	Сметана 15% 0,5 кг*		0,00500				
18	Соль йодированная*		0,00160	0,00150			
19	Томатная паста*		0,00200	0,00300			
20	Укроп свежий*		0,00100				
21	Хлеб пшеничный*					0,03000	
22	Хлеб ржано пшеничный*						0,03000

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г