

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Стюхино



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

М.П. Масишьева

МЕНЮ

на 03.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№1 Бутерброд с маслом сливочным и сыром		60	182
№174 Каша молочная кукурузная		250/5	345
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		555	736
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№388 Уха рыбацкая		15/200/1	308
№278/Акт Тефтели из птицы тушеные в соусе		110	145
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	1 059
Всего:	222,26	1 371	1 795

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
49,17	70,98	230,86	- 136,42	- 0,59	- 1,02
			витС - 15,06	витРР - 0,13	витЕ - 0,96
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 128,37	K - 1 431,02	Ca - 549,24	Mg - 197,11		
P - 722,3	Fe - 9,35	I - 184,79	Se - 42,6		

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

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Стюхино



Начальник пищеблока
М. Васильева И.Ю.

МЕНЮ

на 04.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№6/16 Бутерброд с ветчиной		60	197
№120 Суп молочный с вермишелью		250/2	152
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		552	551
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№88 Щи из св.капусты с картофелем, филе птицы, сметан	10/200/5/1		75
№259 Жаркое из птицы.		250	317
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	806	794
Всего:	222,26	1 358	1 345

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 217,23	витВ1 - 0,51	витВ2 - 0,98
38,69	43,67	172,23	витС - 36,01	витЕ - 0,03	витD - 0,64
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 505,36	K - 1 567,16	Ca - 312,46	Mg - 137,46		
P - 562,96	Fe - 8,47	I - 220,69	Se - 30,08		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ЗДОРОВИЙ СЫТ"

Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Начальник лагеря

Васильева И.

ГБОУ СОШ Стюхино

М Е Н Ю

на 05.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		250/5	258
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		555	579
Обед			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№96 Рассольник Ленинградский с филе птицы, сметаной и		10/200/5/1	94
№295/759/Ак Биточки из птицы с соусом		110	197
№198 Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	962
Всего:	222,26	1 371	1 541

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
54	45,73	206,23	315,3	0,92	1,27
			витС	витРР	витЕ
			19,56	0,1	0,37

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 594,21	K - 1 666,12	Ca - 515,34	Mg - 204,96
P - 805,97	Fe - 11,51	I - 225,76	Se - 52,08

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

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Стюхино



"СОГЛАСОВАНО"
 Начальник лагеря

Васильева И.

МЕНЮ

на 06.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Яблоко		120	85
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	337
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		619	629
Обед			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№103 Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зел		10/200/1	120
№301 Кнели куриные с соусом		110	135
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	811	837
Всего:	222,26	1 430	1 466

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
40,5	41,82	208,48	- 238,53	- 0,58	- 0,92
			витС - 15,79	витЕ - 0,36	витD - 1,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 956,78	K - 1 398,95	Ca - 301	Mg - 223,84
P - 570,01	Fe - 12,3	I - 287,32	Se - 26,8

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

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



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

Васильева

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 07.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		60	69
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№883/Акт Кисель + С витамин		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		550	614
Обед			
№71 Помидоры и огурцы свежие порционно.		60	13
№116/АКТ Суп-харчо с филе и зеленью		15/200/1	110
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	731
Всего:	222,26	1 351	1 345

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
39,75	38,94	192,28

Витамины в миллиграммах

витА - 1 332,26	витВ1 - 0,57	витВ2 - 0,85
витС - 40,19	витЕ - 0,38	витD - 21,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 560,03	K - 1 425,01	Ca - 258,34	Mg - 162,35
P - 600,93	Fe - 8,08	I - 320,95	Se - 24,52

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И БЫТ"



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

с. Стюхино

Васильева

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 10.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№1 Бутерброд с маслом сливочным и сыром		60	182
№173 Каша вязкая молочная пшениная		250/5	371
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:		550	743
Обед			
№30 Салат из редиса		60	50
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) филе пти		10/200/1	163
№291 Плов из птицы		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	970
Всего:	222,26	1 351	1 713

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 478,95	витВ1 - 0,83	витВ2 - 0,85
57,8	56,36	231,82	витС - 25,63	витРР - 0,06	витЕ - 0,21

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 041,34	K - 1 187,4	Ca - 598,57	Mg - 203,34
P - 769,95	Fe - 9,78	I - 202,59	Se - 24,71

Зав. производством

Куликова Л.А.

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КПТ "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Стюхино



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

С. Стюхино

М.Ф. Васильева

МЕНЮ

на 11.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Йогурт		100	74
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		250/5	309
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		595	585
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
№82 Борщ из свежей капусты с филе птицы, картофелем		10/200/5/1	124
№295/759/Ак Шницель из птицы с соусом		110	197
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	872
Всего:	222,26	1 411	1 457

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 419,35	витВ1 - 0,76	витВ2 - 0,95
43,77	42,74	199,74	витС - 26,24	витЕ - 0,01	витD - 0,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 280,85	K - 1 680,42	Ca - 480,62	Mg - 199,12
P - 705,86	Fe - 9,08	I - 206,72	Se - 34,96

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Стюхино



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

Васильева

М Е Н Ю

на 13.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом и маслом		60	352
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		250/5	258
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:		550	785
Обед			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком,зеленью		10/200/1	150
№290/АКТ Птица тушенная в соусе		100	120
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	923
Всего:	222,26	1 351	1 708

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 60,63	витВ1 - 0,7	витВ2 - 0,91
46,2	42,06	262,12	витС - 15,94	витРР - 0,1	витЕ - 0,4

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 891,25	K - 948,18	Ca - 297,55	Mg - 245,08
P - 688,29	Fe - 11,99	I - 151,02	Se - 30,89

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДИ "ЗДОРОВИ И СЫТ"



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
 Начальник лагеря

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 14.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Яблоко		120	85
№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:		560	639
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№99 Суп из овощей с филе птицы, сметаной и зеленью		10/200/5/1	126
№295/759/Ак Котлеты из птицы с соусом		110	197
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	911
Всего:	222,26	1 376	1 549

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 250,61	витВ1 - 0,58	витВ2 - 0,87
39,52	39,18	235,44	витС - 33,13	витЕ - 0,4	витD - 9,3

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 790,8	K - 1 042,32	Ca - 389,68	Mg - 121,69
P - 555,71	Fe - 9,03	I - 259,71	Se - 24,49

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП «ЗДОРОВИЕ И СЫТ»



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 17.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Круассан		60	221
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	337
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:		550	760
Обед			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги		60	38
№95 Рассольник домашний с цыпленком и зеленью		10/200/1	118
№260/Акт Гуляш из филе		100	152
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	754
Всего:	222,26	1 351	1 514

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
48,36	41,69	209,29	1 358,79	0,43	0,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 597,16	K - 1 209,19	Ca - 365,44	Mg - 165,13
P - 608,81	Fe - 6,38	I - 239,09	Se - 44,16

Зав. производством  (Куликова Л.А.)

Калькулятор  Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоровье и Сит"



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

Васильева И.

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 18.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№1 Бутерброд с маслом сливочным и сыром		60	182
№174 Каша молочная кукурузная		250/5	345
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		555	736
Обед			
№ПР Икра кабачковая		60	80
№388 Уха рыбацкая		15/200/1	308
№278/Акт Тефтели из птицы тушеные в соусе		110	145
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	1 059
Всего:	222,26	1 371	1 795

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 136,42	витВ1 - 0,59	витВ2 - 1,02
49,17	70,98	230,86	витС - 15,06	витРР - 0,13	витЕ - 0,96

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 128,37	K - 1 431,02	Ca - 549,24	Mg - 197,11
P - 722,3	Fe - 9,35	I - 184,79	Se - 42,6

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.



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

Васильева

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 19.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№6/16 Бутерброд с ветчиной		60	197
№120 Суп молочный с вермишелью		250/2	152
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		552	551
Обед			
№20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
№88 Щи из св.капусты с картофелем, филе птицы, сметан		10/200/5/1	75
№259 Жаркое из птицы		250	317
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	806	794
Всего:	222,26	1 358	1 345

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	
38,69	43,67	172,23	витА - 217,23
			витВ1 - 0,51
			витВ2 - 0,98
			витС - 36,01
			витЕ - 0,03
			витD - 0,64
Минеральные вещества в миллиграммах			
Na - 2 505,36	K - 1 567,16	Ca - 312,46	Mg - 137,46
P - 562,96	Fe - 8,47	I - 220,69	Se - 30,08

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоровый быт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Стюхино



Васильева

МЕНЮ

на 20.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		250/5	258
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		555	579
Обед			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№96 Рассольник Ленинградский с филе птицы, сметаной и		10/200/5/1	94
№295/759/Ак Биточки из птицы с соусом		110	197
№198 Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	962
Всего:	222,26	1 371	1 541

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 315,3	витВ1 - 0,92	витВ2 - 1,27
54	45,73	206,23	витС - 19,56	витРР - 0,1	витЕ - 0,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 594,21	K - 1 666,12	Ca - 515,34	Mg - 204,96		
P - 805,97	Fe - 11,51	I - 225,76	Se - 52,08		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО СКП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 21.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Яблоко		120	85
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	337
№377 Чай с лимоном		200/3,5	99
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		619	629
Обед			
№54 Салат из свеклы с яблоками		60	62
№103 Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зел		10/200/1	120
№301 Кнели куриные с соусом		110	135
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + С витамин		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	811	837
Всего:	222,26	1 430	1 466

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
40,5	41,82	208,48	- 238,53	- 0,58	- 0,92
			витС - 15,79	витЕ - 0,36	витD - 1,02
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 956,78	K - 1 398,95	Ca - 301	Mg - 223,84		
P - 570,01	Fe - 12,3	I - 287,32	Se - 26,8		

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 Стюхино



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

Васильева

М Е Н Ю

на 24.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№75 Икра морковная		60	69
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№883/Акт Кисель + С витамин		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		550	614
Обед			
№71 Помидоры и огурцы свежие порционно.		60	13
№116/АКТ Суп-харчо с филе и зеленью		15/200/1	110
№229 Рыба, тушенная с овощами		100	105
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№348 (АКТ) Компот из изюма + С витамин.		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	731
Всего:	222,26	1 351	1 345

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
39,75	38,94	192,28	- 1 332,26	- 0,57	- 0,85
			витС - 40,19	витЕ - 0,38	витD - 21,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 560,03	K - 1 425,01	Ca - 258,34	Mg - 162,35
P - 600,93	Fe - 8,08	I - 320,95	Se - 24,52

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 Стюхино

МЕНЮ

на 25.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№1 Бутерброд с маслом сливочным и сыром		60	182
№173 Каша вязкая молочная пшенная		250/5	371
№379 Кофейный напиток с молоком		200	101
№ПР Хлеб пшеничный		35	89
Итого:		550	743
Обед			
№30 Салат из редиса		60	50
№102 Суп картофельный с бобовыми (горохом) филе пти		10/200/1	163
№291 Плов из птицы		250	382
№349 Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	970
Всего:	222,26	1 351	1 713

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
57,8	56,36	231,82	витА - 478,95	витВ1 - 0,83	витВ2 - 0,85
			витС - 25,63	витРР - 0,06	витЕ - 0,21

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 041,34	K - 1 187,4	Ca - 598,57	Mg - 203,34
P - 769,95	Fe - 9,78	I - 202,59	Se - 24,71

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДБ «ЗДОРОВ И БЫТ»"



Соскова К.Ю.



ГБОУ СОШ Стюхино

МЕНЮ

на 26.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Йогурт		100	74
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		250/5	309
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:		595	585
Обед			
№10 Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
№82 Борщ из свежей капусты с филе птицы, картофелем		10/200/5/1	124
№295/759/Ак Шницель из птицы с соусом		110	197
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№348 Компот из кураги.+ С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	816	872
Всего:	222,26	1 411	1 457

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
43,77	42,74	199,74	- 419,35	- 0,76	- 0,95
			витС - 26,24	витЕ - 0,01	витD - 0,67

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 280,85	K - 1 680,42	Ca - 480,62	Mg - 199,12
P - 705,86	Fe - 9,08	I - 206,72	Se - 34,96

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 Стюхино

МЕНЮ

на 27.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом и маслом.		60	352
№175 Каша вязкая молочная из риса и пшена		250/5	258
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		35	82
Итого:		550	785
Обед			
№45 Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком,зеленью		10/200/1	150
№290/АКТ Птица тушенная в соусе		100	120
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая		150	244
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	222,26	801	923
Всего:	222,26	1 351	1 708

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 60,63	витВ1 - 0,7	витВ2 - 0,91
46,2	42,06	262,12	витС - 15,94	витРР - 0,1	витЕ - 0,4

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 891,25	K - 948,18	Ca - 297,55	Mg - 245,08
P - 688,29	Fe - 11,99	I - 151,02	Se - 30,89

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г