

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Сидоровка (1-4 классы)

**М Е Н Ю**

на 07.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Плов с мясом кур		200	365
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	490	639
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	93
Шницель из мяса с соусом,		50/50	194
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	796
Всего:	149,30	1 261	1 434

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,55	вита - 643,74	витВ2 - 0,6
35,62	50,57	210,3	витВ1 - 0,57	витС - 29,86	витD - 10,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 209,81	l - 295,96	Р - 549,94	Na - 2 996,1		
F - 235,68	Se - 34,12	Mg - 125,74	Fe - 6,99		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Икра кабачковая.. / 1.0/	Плов с мясом кур / 1.0/	Кисель + С витамин. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота			0,00002	
2	Вода			0,19000	
3	Икра кабачковая	0,06200			
4	Кисель			0,02400	
5	Лук репчатый		0,01250		
6	Масло подсолнечное		0,01050		
9	Морковь		0,01500		
10	Мясо птицы		0,06000		
11	Паста томатная		0,00300		
12	Рис		0,05250		
13	Сахар- песок			0,01000	
14	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00300		
15	Хлеб пшеничный				0,03000

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Винегрет овощной / 1.0/	Суп картофельный с вермишелью и зеленью / 1.0/	Шницель из мяса с соусом, / 1.0/	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным / 1.0/	Компот из изюма + С витамин. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота					0,00002		
2	Вермишель		0,00800					
3	Вода		0,14000					
4	Вода			0,00600	0,12000	0,20300		
5	Изюм					0,01500		
6	Картофель	0,01680	0,08000					
7	Крупа перловая				0,04890			
8	Лимонная кислота					0,00020		
9	Лук репчатый	0,01128	0,00960	0,00600				
10	Масло подсолнечное	0,00600	0,00200	0,00300				
11	Масло сливочное 72,5% жир				0,00500			
12	Морковь	0,00756	0,01000					
13	Мясо свинины			0,03700				
14	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)	0,02256						
15	Сахар- песок					0,02000		
16	Свекла	0,01146						
17	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00100	0,00200		0,00150			
18	Сухари панировочные			0,00500				
19	Укроп		0,00100					
20	Хлеб пшеничный			0,00900			0,03000	
21	Хлеб ржаной							0,03000
22	Лук репчатый*			0,00120				
23	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (			0,00100				
24	Морковь*			0,00500				
25	Мука в/с*			0,00250				
26	Сахар-песок*			0,00075				
27	Соль йодированная*			0,00060				
28	Томатная паста*			0,00200				

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Сидоровка (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# М Е Н Ю

на 07.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Плов с мясом кур		200	365
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	490	639
<b>Обед</b>			
Винегрет овощной .		60	73
Суп картофельный с вермишелью и зеленью		200/1	93
Шницель из мяса с соусом,		50/50	194
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		150	170
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	796
Всего:	149,30	1 261	1 434

## Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,55	вита - 643,74	витВ2 - 0,6
35,62	50,57	210,3	витВ1 - 0,57	витС - 29,86	витD - 10,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 209,81	І - 295,96	Р - 549,94	Na - 2 996,1		
F - 235,68	Se - 34,12	Mg - 125,74	Fe - 6,99		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Икра кабачковая.. / 1.0/	Плов с мясом кур / 1.0/	Кисель + С витамины. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота			0,00002	
2	Вода			0,19000	
3	Икра кабачковая	0,06200			
4	Кисель			0,02400	
5	Лук репчатый		0,01250		
6	Масло подсолнечное		0,01050		
9	Морковь		0,01500		
10	Мясо птицы		0,06000		
11	Паста томатная		0,00300		
12	Рис		0,05250		
13	Сахар- песок			0,01000	
14	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00300		
15	Хлеб пшеничный				0,03000

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Винегрет овощной . / 1.0/	Суп картофельный с вермишелью и зеленью / 1.0/	Шницель из мяса с соусом, / 1.0/	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным / 1.0/	Компот из изюма + С витамины. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота					0,00002		
2	Вермишель		0,00800					
3	Вода		0,14000					
4	Вода			0,00600	0,12000	0,20300		
5	Изюм					0,01500		
6	Картофель	0,01680	0,08000					
7	Крупа перловая				0,04890			
8	Лимонная кислота					0,00020		
9	Лук репчатый	0,01128	0,00960	0,00600				
10	Масло подсолнечное	0,00600	0,00200	0,00300				
11	Масло сливочное 72,5% жир				0,00500			
12	Морковь	0,00756	0,01000					
13	Мясо свинины			0,03700				
14	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)	0,02256						
15	Сахар- песок					0,02000		
16	Свекла	0,01146						
17	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00100	0,00200		0,00150			
18	Сухари панировочные			0,00500				
19	Укроп		0,00100					
20	Хлеб пшеничный			0,00900			0,03000	
21	Хлеб ржаной							0,03000
22	Лук репчатый*			0,00120				
23	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (			0,00100				
24	Морковь*			0,00500				
25	Мука в/с*			0,00250				
26	Сахар-песок*			0,00075				
27	Соль йодированная*			0,00060				
28	Томатная паста*			0,00200				

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Сидоровка (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 08.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье.....		55	239
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный*.*		45	117
Итого:	62,20	510	822
<b>Обед</b>			
Салат овощной с кукурузой и морковью .		60	58
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/2	103
Рыба, тушеная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	131
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	777	639
Всего:	149,30	1 287	1 462

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витаЕ - 0,01	витаА - 874,44	витаВ2 - 0,96
41,07	36,61	241,86	витаВ1 - 0,57	витаС - 34,26	витаD - 1,1
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Са - 354,74	І - 320,98	Р - 695,76	Na - 2 723,61		
F - 530,55	Se - 28,71	Mg - 182,33	Fe - 8,38		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.



## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Печенье.....	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный*.*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,11200	0,21000	
2	Масло подсолнечное		0,00360		
3	Молоко сгущенное 8,5% 0,38		0,03000		
4	Печенье	0,05500			
5	Рис		0,05400		
6	Сахар- песок		0,01080	0,01500	
7	Сметана 15%		0,00360		
8	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00120		
9	Сухари панировочные		0,00360		
10	Творог 9% 200gr		0,02916		
11	Хлеб пшеничный				0,04500
12	Чай			0,00100	
13	Яйца		0,18000		

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Салат овощной с кукурузой и морковью .	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	Рыба, тушеная с овощами	Пюре картофельное с м/сливоч.	Напиток фруктовый..	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Апельсины					0,02700		
2	Вода		0,15000			0,21000		
3	Вода			0,01900				
4	Картофель	0,02267	0,08000		0,17100			
5	Крупа перловая		0,00400					
6	Кукуруза консервированная	0,02500						
7	Лавровый лист сухой			0,00001				
8	Лимонная кислота			0,00010				
9	Лук репчатый	0,01250	0,00480	0,01200				
10	Масло подсолнечное	0,00360	0,00400	0,00500				
11	Масло сливочное 72,5% жир				0,00500			
14	Минтай			0,08670				
15	Молоко т/п 3,2% 1л.*				0,02370			
16	Морковь	0,01884	0,01000	0,02250				
17	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)		0,01400					
18	Паста томатная			0,00400				
19	Сахар- песок			0,00200		0,02000		
20	Сметана 15%		0,00500					
21	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00100	0,00100	0,00150	0,00150			
22	Укроп		0,00200					
23	Хлеб пшеничный						0,03000	
24	Хлеб ржаной							0,03000
25	Яблоки компот					0,01370		

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Сидоровка (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 08.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье.....		55	239
Залеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный*.*		45	117
Итого:	62,20	510	822
<b>Обед</b>			
Салат овощной с кукурузой и морковью .		60	58
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	131
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	777	639
Всего:	149,30	1 287	1 462

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 0,01	ВитА - 874,44	ВитВ2 - 0,96
41,07	36,61	241,86	ВитВ1 - 0,57	ВитС - 34,26	ВитD - 1,1
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Ca - 354,74	I - 320,98	P - 695,76	Na - 2 723,61		
F - 530,55	Se - 28,71	Mg - 182,33	Fe - 8,38		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.

## Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Печенье.....	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный*.*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,11200	0,21000	
2	Масло подсолнечное		0,00360		
3	Молоко сгущенное 8,5% 0,38		0,03000		
4	Печенье	0,05500			
5	Рис		0,05400		
6	Сахар- песок		0,01080	0,01500	
7	Сметана 15%		0,00360		
8	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00120		
9	Сухари панировочные		0,00360		
10	Творог 9% 200гр		0,02916		
11	Хлеб пшеничный				0,04500
12	Чай			0,00100	
13	Яйца		0,18000		

## Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Салат овощной с кукурузой и морковью	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	Рыба, тушеная с овощами	Пюре картофельное с м/сливоч.	Напиток фруктовый..	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Апельсины					0,02700		
2	Вода		0,15000			0,21000		
3	Вода			0,01900				
4	Картофель	0,02267	0,08000		0,17100			
5	Крупа перловая		0,00400					
6	Кукуруза консервированная	0,02500						
7	Лавровый лист сухой			0,00001				
8	Лимонная кислота			0,00010				
9	Лук репчатый	0,01250	0,00480	0,01200				
10	Масло подсолнечное	0,00360	0,00400	0,00500				
11	Масло сливочное 72,5% жир				0,00500			
14	Минтай			0,08670				
15	Молоко т/п 3,2% 1л.*				0,02370			
16	Морковь	0,01884	0,01000	0,02250				
17	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)		0,01400					
18	Паста томатная			0,00400				
19	Сахар- песок			0,00200		0,02000		
20	Сметана 15%		0,00500					
21	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00100	0,00100	0,00150	0,00150			
22	Укроп		0,00200					
23	Хлеб пшеничный						0,03000	
24	Хлеб ржаной							0,03000
25	Яблоки компот					0,01370		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

стажер, кальк.