

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

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

МЕНЮ на 21.01.2025

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 Компот из свежзамороженных 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 -	вита -	витB1 -
49,73	51,37	205,38	19,03	1 930,56	0,48

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.



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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 _____ / _____

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

МЕНЮ на 20.01.2025

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
№388 Уха рыбацкая *		15/250/1	220
№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	906	952
Всего:	219,66	1 480	1 612

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,79	витА - 307,35	витВ1 - 0,99
52,71	55,2	218,94	витВ2 - 0,63	витЕ - 0,36	витС - 25,53
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 244,41	F - 162,37	Fe - 12,62	I - 260,87		
К - 1 499,18	Mg - 168,17	Na - 2 440,91	P - 636,45		

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

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



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 _____ /

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Парфеновка (5-11 класс)

МЕНЮ

на 17.01.2025

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			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,58	витА - 840,76	витВ1 - 0,73
47,56	49,54	204,88	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		
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"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____

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

МЕНЮ на 16.01.2025

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	витЕ - 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)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Парфеновка (5-11 класс)

М Е Н Ю

на 15.01.2025

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	вите - 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 Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО КДП "ЗДОРОВИ-СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 _____/_____

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

МЕНЮ на 14.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№268/АКТ Биточки из мяса с соусом,		100	194
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	606
Обед			
№67 Винегрет овощной ,		100	125
№116/АКТ Суп-харчо с мясом и зеленью*		15/250/1	122
№301 Кнели куриные с соусом		100	135
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	172
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	906	816
Всего:	219,66	1 516	1 422

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD -	вита -	витВ1 -
46,36	49,51	191,5	0,53	544,36	0,7
			витВ2 -	витаЕ -	витС -
			0,69	0,36	34,7

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 203,82	F - 211,11	Fe - 8,84	I - 339,49
K - 1 488,14	Mg - 123,09	Na - 3 391,69	P - 484,68

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

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



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

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
 _____/_____

М Е Н Ю на 13.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№2 Бутерброд с повидлом**,		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	574	626
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*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	866	892
Всего:	219,66	1 440	1 518

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,79	вита - 405,7	витВ1 - 0,69
48,2	53,17	198,2	витВ2 - 0,6	витЕ - 0,79	витРР - 0,03
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 215,84	F - 177,54	Fe - 10,47	I - 204,26		
К - 771,26	Mg - 205,03	Na - 2 456,4	P - 567,07		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВИЕ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Парфеновка (5-11 класс)

М Е Н Ю

на 10.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	125
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	172
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	549
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью..		100	85
№96/Акт Рассольник Ленинградский с зеленью)		250/1	133
№259 Жаркое из птицы. **		250	317
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	861	816
Всего:	219,66	1 471	1 365

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
46,22	48,98	193,87

витD - 0,4	Витамины в миллиграммах	
витB2 - 0,66	вита А - 1 399,41	витB1 - 0,56
	витE - 0,37	витC - 45,14

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 243,65	F - 265,21	Fe - 8,09	I - 255,06
K - 1 811,18	Mg - 155,64	Na - 2 483,82	P - 500,05

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Парфеновка (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

М Е Н Ю

на 09.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№338 Яблоко*		100	47
№289 Рагу овощное из птицы..		250	279
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	91,52	590	567
Обед			
№57 Салат из редьки		100	88
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	140
№268/759 Шницель из мяса с соусом,		100	196
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№348 Компот из кураги		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
№ПР Хлеб _ржано пшеничный*		40	110
Итого:	128,14	921	1 016
Всего:	219,66	1 511	1 583

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
52,44		55,12	218,45	витD - 2,05	вита - 608,12	витB1 - 0,77
				витB2 - 0,83	вите - 0,2	витPP - 0,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 215,86	F - 255,25	Fe - 12,46	I - 140,57
K - 1 859,67	Mg - 212,74	Na - 1 656,18	P - 578,93

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.