

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

М Е Н Ю

на 07.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Бутерброд с колбасой п/к *		20/30	146
Каша вязкая молочная из риса и пшена..*		250/5	250
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный*.		50	117
Итого:	70,00	555	656
Обед			
Салат Степной,.		100	107
Суп картофельный с клецками и зеленью		250/2	155
Зразы рубленые мясные с соусом		50/50	188
Каша перловая с маслом.*		180	172
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	892	861
Всего:	160,00	1 447	1 517

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	витА - 699,25	витВ2 - 1,11
42,4	47,51	228,86	витВ1 - 0,78	витС - 26,58	витD - 1,34
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 427,13	І - 310,94	Р - 785,49	Na - 3 374,03		
F - 165,01	Se - 41,99	Mg - 177,84	Fe - 9,13		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

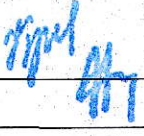
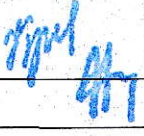
День 3 Неделя 2

N	Наименование	Бутерброд с колбасой п/к *	Каша вязкая молочная из риса и пшена..*	Какао с молоком..	Хлеб пшеничный*
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,08100		
2	Вода			0,11000	
3	Какао порошок			0,00400	
4	Колбаса полукопченая	0,02100			
5	Масло сливочное ОСАДЧАЯ		0,00500		
6	Молоко т/п 3,2% 1л.*		0,12500	0,10000	
7	Пшено		0,02400		
8	Рис		0,01700		
9	Сахар- песок		0,00700	0,02000	
10	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00100		
11	Хлеб пшеничный	0,03000			0,05000

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 3 Неделя 2

N	Наименование	Салат Степной..	Суп картофельный с клецками и зеленью	Зразы рубленые мясные с соусом	Каша перловая с маслом.*	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		0,21890	0,00900	0,12000	0,21000		
3	Горох, консервированный	0,02615						
4	Картофель	0,06530	0,07692					
5	Котлетная масса			0,04000				
6	Крупа перловая				0,04830			
7	Лук репчатый	0,00595	0,01190	0,02185				
8	Масло подсолнечное	0,00600	0,00300	0,00286				
9	Масло сливочное ОСАДЧАЯ		0,00230		0,00500			
13	Морковь	0,02500	0,01300					
14	Мука в/с		0,02000					
15	Мясо свинины			0,02714				
16	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)	0,03000						
17	Сахар- песок					0,02000		
18	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00100	0,00260	0,00100	0,00200			
19	Сухари панировочные			0,00429				
20	Укроп		0,00200					
21	Хлеб пшеничный			0,00570			0,03000	
22	Хлеб ржаной							0,03000
23	Яблоки компот					0,01370		
24	Яйца		0,14300	3,60000				
25	Лук репчатый*			0,00120				
26	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (			0,00100				
27	Морковь*			0,00500				
28	Мука в/с*			0,00250				
29	Сахар-песок*			0,00075				
30	Соль йодированная*			0,00060				
31	Томатная паста*			0,00200				

Зав. производством  (Куликова Л.А)Калькулятор  Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Сам(12 и старше)

М Е Н Ю

на 08.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*,		100	44
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Кофейный напиток с молоком		200	146
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	70,00	550	689
Обед			
Икра кабачковая*		100	104
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью		250/5/1	135
Овощи тушеные с мясом птицы.		250	317
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	866	822
Всего:	160,00	1 416	1 511

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,01	вита - 814,06	витВ2 - 1,06
42,31	47,73	224,67	витВ1 - 0,6	витС - 29,98	витD - 2,38
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 433,14	І - 208,93	Р - 719,5	Na - 2 715,27		
F - 327,88	Se - 28,8	Mg - 192,56	Fe - 10,25		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Яблоко*, / 1.0/	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*, / 1.0/	Кофейный напиток с молоком / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода		0,11200	0,12000	
2	Кофейный напиток			0,00500	
3	Масло подсолнечное		0,00360		
4	Молоко т/п 3,2% 1л.*			0,10000	
5	Молоко сгущенное 8,5% 0,38		0,03000		
6	Рис		0,05400		
7	Сахар- песок		0,01080	0,02000	
8	Сметана 15%		0,00360		
9	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00120		
10	Сухари панировочные		0,00360		
11	Творог 9% 200гр		0,02916		
12	Хлеб пшеничный				0,04000
13	Яблоки	0,10000			
14	Яйца		0,18000		

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 4 Неделя 2

N	Наименование	Икра кабачковая*, / 1.0/	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью / 1.0/	Овощи тушеные с мясом птицы. / 1.0/	Компот из изюма + С витамины. / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота				0,00002		
2	Вода				0,20300		
3	Вода или бульон		0,18750				
4	Изюм				0,01500		
5	Икра кабачковая	0,10000					
6	Картофель		0,12500	0,18500			
7	Крупа перловая		0,00500				
8	Лимонная кислота				0,00020		
9	Лук репчатый		0,00600	0,01800			
10	Масло подсолнечное		0,00500	0,01000			
11	Морковь		0,01250	0,03200			
12	Мясо цыплят-бройлеров			0,06000			
13	Огурцы консервированные 3л(1,6 кг)		0,01675				
14	Паста томатная		0,00300	0,00400			
15	Сахар- песок				0,02000		
16	Сметана 15%		0,00500				
17	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00200	0,00200			
18	Укроп		0,00100			0,03000	
19	Хлеб пшеничный						0,03000
20	Хлеб ржаной						

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

_____ / _____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

М Е Н Ю

на 09.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно		10	58
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	132
Пюре картофельное .		180	152
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный*..		60	141
Итого:	70,00	554	544
Обед			
Салат из б/к капусты с зеленью		100	86
Суп картофельный с бобовыми (горохом) зеленью		250/1	148
Плов с мясом . *		250	454
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	861	960
Всего:	160,00	1 415	1 505

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
39,24	52,84	216,57	витЕ - 0,37	вита - 585,13	витВ2 - 0,9
			витВ1 - 0,88	витС - 39,55	витD - 6,47

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 381,76	І - 381,61	Р - 620,6	Na - 3 405,42
F - 359,57	Se - 30,62	Mg - 179,07	Fe - 9,31

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

_____ Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Масло сливочное порционно / 1.0/	Котлеты рыбные с соусом. / 1.0/	Пюре картофельное / 1.0/	Чай с лимоном / 1.0/	Хлеб пшеничный*.. / 1.0/
1	Вода		0,01300		0,20000	
2	Картофель			0,20500		
3	Лимоны				0,00400	
4	Масло подсолнечное		0,00500			
5	Масло сливочное ОСАДЧАЯ	0,01000		0,00500		
6	Минтай		0,05100			
7	Молоко т/п 3,2% 1л.*			0,02800		
8	Сахар- песок				0,01500	
9	Соль поваренная пищевая йодированная			0,00200		
10	Сухари панировочные		0,00500			
11	Хлеб пшеничный		0,00900			0,06000
12	Чай				0,00100	
13	Лук репчатый*		0,00120			
14	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л		0,00100			
15	Морковь*		0,00500			
16	Мука в/с*		0,00250			
17	Сахар-песок*		0,00075			
18	Соль йодированная*		0,00060			
19	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из б/к капусты с зеленью / 1.0/	Суп картофельный с бобовыми (горохом) зеленью / 1.0/	Плов с мясом * / 1.0/	Компот из смеси сухофруктов + С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота				0,00002		
2	Вода	0,00830	0,17500	0,16000	0,20000		
3	Горох		0,02000				
4	Капуста белокочанная	0,10083					
5	Картофель		0,07692				
6	Компотная смесь				0,02000		
7	Лимонная кислота	0,00001			0,00020		
8	Лук репчатый		0,01200	0,01200			
9	Масло подсолнечное	0,00500	0,00500	0,01000			
12	Морковь		0,01200	0,02000			
13	Мясо свинины			0,07400			
14	Паста томатная			0,00640			
15	Рис			0,06800			
16	Сахар- песок	0,00500			0,02000		
17	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00200	0,00200	0,00300			
18	Укроп	0,00200	0,00100				
19	Хлеб пшеничный					0,03000	
20	Хлеб ржаной						0,03000

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

М Е Н Ю

на 10.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови (припущен.) с сахаром.		100	48
Шницель из мяса кур с соусом		50/50	167
Картофель отварной.*		180	192
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный*..		60	141
Итого:		640	660
Всего:	70,00	640	660

Для всего меню

Белки		В граммах	Углеводы		Витамины в миллиграммах	
18,07	Жиры	13,83	115,87	витЕ - 0,05	вита - 2 016,06	витВ2 - 0,33
				витВ1 - 0,47	витС - 45,38	витD - 0,22
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 104,12	I - 65,75	Р - 273,31	Na - 863,88			
F - 156,44	Se - 8,65	Mg - 104,65	Fe - 4,85			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

_____ Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 6 Неделя 2

N	Наименование	Салат из	Шницель из	Картофель	Компот из	Хлеб
		моркови (припущен.) с сахаром. / 1.0/	мяса кур с соусом / 1.0/	отварной.* / 1.0/	свежих яблок + С витамин / 1.0/	пшеничный*.. / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота				0,00002	
2	Вода		0,00600			
3	Вода				0,17200	
4	Картофель			0,24700		
5	Лимонная кислота				0,00020	
6	Лук репчатый		0,00700			
7	Масло подсолнечное		0,00300			
8	Масло сливочное ОСАДЧАЯ			0,00500		
11	Морковь	0,12000				
12	Мясо птицы (рубашка)		0,06400			
13	Сахар- песок	0,00400			0,02400	
14	Соль поваренная пищевая иодированная		0,00100	0,00200		
15	Сухари панировочные		0,00500			
16	Хлеб пшеничный		0,00900			0,06000
17	Яблоки компот				0,04540	
18	Лук репчатый*		0,00120			
19	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (		0,00100			
20	Морковь*		0,00500			
21	Мука в/с*		0,00250			
22	Сахар-песок*		0,00075			
23	Соль йодированная*		0,00060			
24	Томатная паста*		0,00200			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

МЕНЮ

на 12.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье..		36	153
Колбаса отварная с соусом..		50/50	154
Каша гречневая.*		180	178
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный*.		50	117
Итого:	70,00	566	733
Обед			
Икра кабачковая*		100	104
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зеленью		250/5/1	100
Тефтели тушеные в соусе		60/50	224
Макаронные изделия отварные..*		180	224
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	906	925
Всего:	160,00	1 472	1 657

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витаЕ - 0,36	витаА - 364,04	витаВ2 - 0,69
41,89	56,53	240,63	витаВ1 - 0,79	витаС - 31,86	витаD - 9,02
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 274,22	И - 272,71	Р - 590,68	Na - 3 209,03		
F - 93,35	Se - 22,7	Mg - 192,17	Fe - 10,87		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 1 Неделя 1

N	Наименование	Печенье..	Колбаса отварная с соусом..	Каша гречневая.*	Кисель + С витамин.	Хлеб пшеничный*.
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота				0,00002	
2	Вода			0,14400	0,19000	
3	Кисель				0,02400	
4	Колбаса вареная "Докторская"		0,05100			
5	Крупа гречневая			0,05300		
6	Масло сливочное ОСАДЧАЯ			0,00500		
7	Печенье	0,03600				
8	Сахар- песок				0,01000	
9	Соль поваренная пищевая йодированная			0,00200		
10	Хлеб пшеничный					0,05000
11	Лук репчатый*		0,00120			
12	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (		0,00100			
13	Морковь*		0,00500			
14	Мука в/с*		0,00250			
15	Сахар-песок*		0,00075			
16	Соль йодированная*		0,00060			
17	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 1 Неделя 1

День 1 Неделя 1								
N	Наименование	Икра кабачковая*	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зеленью	Тефтели тушеные в соусе	Макаронные изделия отварные..*	Компот из смеси сухофруктов + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота					0,00002		
2	Вода			0,01200		0,20000		
3	Вода или бульон		0,20000					
4	Икра кабачковая	0,10000						
5	Капуста белокочанная		0,06250					
6	Картофель		0,05000					
7	Компотная смесь					0,02000		
8	Лимонная кислота					0,00020		
9	Лук репчатый		0,01200	0,02400				
10	Макаронные изделия				0,06110			
11	Масло подсолнечное		0,00500	0,00600				
12	Масло сливочное ОСАДЧАЯ				0,00500			
16	Морковь		0,01250					
17	Мука в/с			0,00400				
18	Мясо свинины			0,03800				
19	Паста томатная		0,00100					
20	Сахар- песок					0,02000		
21	Сметана 15%		0,00500					
22	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00200	0,00100	0,00180			
23	Укроп		0,00100					
24	Хлеб пшеничный			0,00800			0,03000	
25	Хлеб ржаной							0,03000
26	Лук репчатый*			0,00120				
27	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (			0,00100				
28	Морковь*			0,00500				
29	Мука в/с*			0,00250				
30	Сахар-песок*			0,00075				
31	Соль йодированная*			0,00060				
32	Томатная паста*			0,00200				

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

М Е Н Ю

на 13.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свежих огурцов, лука репчатого		100	72
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Рис отварной .*		180	230
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный*.		50	117
Итого:	70,00	634	683
Обед			
Салат из б/к капусты с зеленью		100	86
Суп картофельный с фасолью , зеленью на бульоне		250/1	109
Жаркое по-домашнему из отварного мяса ..		250	351
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	861	770
Всего:	160,00	1 495	1 452

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витаЕ - 10,34	витаА - 240,45	витаВ2 - 0,81
36,76	58,08	194,34	витаВ1 - 0,96	витаС - 50,71	витаD - 0,9
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 266,25	И - 405,95	Р - 580,51	Na - 3 869,72		
F - 156,56	Se - 22,11	Mg - 156,85	Fe - 9,74		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 2 Неделя 1

N	Наименование	Салат из свежих огурцов, лука репчатого / 1.0/	Биточки из мяса с соусом, / 1.0/	Рис отварной . * / 1.0/	Чай с лимоном / 1.0/	Хлеб пшеничный*. / 1.0/
1	Вода		0,00600	0,39400	0,20000	
2	Лимоны				0,00400	
3	Лук репчатый	0,02000	0,00714			
4	Масло подсолнечное	0,00600	0,00300			
5	Масло сливочное ОСАДЧАЯ			0,00500		
7	Мясо свинины		0,03700			
8	Огурцы свежие	0,08000				
9	Рис			0,06500		
10	Сахар- песок				0,01500	
11	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00100		0,00400		
12	Сухари панировочные		0,00500			
13	Хлеб пшеничный		0,00900			0,05000
14	Чай				0,00100	
15	Лук репчатый*		0,00120			
16	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л		0,00100			
17	Морковь*		0,00500			
18	Мука в/с*		0,00250			
19	Сахар-песок*		0,00075			
20	Соль йодированная*		0,00060			
21	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 2 Неделя 1

N	Наименование	Салат из б/к капусты с зеленью / 1.0/	Суп картофельный с фасолью , зеленью на бульоне / 1.0/	Жаркое по-домашнему из отварного мяса .. / 1.0/	Сок фруктовый / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Вода	0,00830	0,17500				
2	Капуста белокочанная	0,10083					
3	Картофель		0,07692	0,21333			
4	Лимонная кислота	0,00001					
5	Лук репчатый		0,01400	0,01920			
6	Масло подсолнечное	0,00500	0,00500	0,00960			
7	Морковь		0,01500				
8	Мясо свинины			0,07400			
9	Паста томатная			0,00384			
10	Сахар- песок	0,00500					
11	Сок 1л				0,20000		
12	Соль поваренная пищевая иодированная	0,00200	0,00200	0,00200			
13	Укроп	0,00200	0,00100				
14	Фасоль консервированная		0,01664				
15	Хлеб пшеничный					0,03000	
16	Хлеб ржаной						0,03000

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.