

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с яблоками		100	8,52	40
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Повидло		40	26,00	100
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:		75,00	126,35	648
Обед				
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
Суп из овощей на курином бульоне		250/15	9,15	100
Курица отварная с соусом		50/50	3,24	201
Каша пшеничная рассыпчатая		150	40,06	260
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:		96,00	116,14	880
Весь рацион питания:		171,00	242,49	1528

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
147,20	42,13	242,49	0,54	0,82	70,55	168,25	6,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
344,62	661,48	175,61	10,58				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____



Ахтямова В. А.

Расход по блюдам - Обед
Брутто

МБОУ Школа г.о. Самара

На 03.05.2023 (среда)

Наименование	Салат из овощей / 1.1 /	Суп из овощей на курином бульоне / 1.1 /	Каша пшеничная
Вода кипяченая			
Горошек зеленый консервированный	0,0115		
Капуста белокочанная, свежая	0,025		
Картофель	0,067		
Крупа пшеничная 0.65			0,06
Курица	0,031	0,104	
Лук репчатый	0,012	0,005	
Масло растительное	0,0036	0,005	
Морковь			0,005
Мука в/с	0,0125		
Сахар		0,003	
Свекла	0,07272		
Соль пищевая йодированная	0,002	0,002	
Томат паста		0,003	
Хлеб пшеничный			
Хлеб ржаной			
Шиповник			

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Актямова В. А.

Расход по блюдам - Обед
Брутто

МБОУ Школа г.о. Самара

На 03.05.2023 (среда)

Наименование	Напиток из плодов шиповника / 1.1 /	Хлеб пшеничный ржаной / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2	
Горошек зеленый консервированный		
Капуста белокочанная, свежая		
Картофель		
Крупа пшеничная 0.65		
Курица		
Лук репчатый		
Масло растительное		
Морковь		
Мука в/с		
Сахар	0,012	
Свекла		
Соль пищевая йодированная		
Томат паста		
Хлеб пшеничный		0,0309
Хлеб ржаной		0,035
Шиповник	0,02	

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Актямова В. А.