

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 05.03.2024 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		220	61,36	354
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Печенье		100	74,40	417
Итого:	85,00		143,47	813
Обед				
Борщ со свежей капустой , картофелем		250	10,93	96
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Маринад овощной		100	8,20	104
Итого:	110,00		130,32	957
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	54,13		68,80	338
Весь рацион питания:	249,13		342,59	2108

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
66,30	56,53	342,59	1,15	0,73	30,30	142,17	4,04
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
485,38	993,52	330,83	34,29				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто
На 05.03.2024 (вторник)

Лист 1

Наименование	Запеканка рисовая с творогом и повидлом / 1.1 /	Чай с лимоном / 1.1 /	Печенье / 1.1 /
Ванилин	0,000012		
Лимон		0,008	
Масло растительное	0,002444		
Печенье "Сгущенное молоко"			0,1
Повидло	0,037889		
Рис	0,030556		
Сахар	0,014667	0,01	
Сметана	0,004889		
Сухари пшеничные	0,004889		
Творог	0,085556		
Чай высшего или 1-го сорта		0,002	
яйцо	0,152778		

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 05.03.2024 (вторник)

Лист 2

Наименование	Борщ со свежей капустой и картофе лем / 1.1 /	Котлеты из говядины с томатным соусом / 1.1 /	Пюре из гороха с маслом / 1.1 /	Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2			0,168
Говядина		0,039		
Горох			0,0912	
Капуста белокочанная, свежая	0,025			
Картофель	0,02675			
Кислота аскорбиновая				0,00002
Кислота лимонная				0,0002
Лавровый лист				
Лук репчатый	0,01525	0,005		
Масло растительное	0,005	0,003		
Масло сливочное		0,003	0,006	
Морковь	0,0125			
Мука в/с		0,004		
Сахар	0,0025			0,015
Свекла	0,05			
Сметана		0,002		
Соль пищевая йодированная	0,0015	0,002	0,0036	
Сухари панировочные		0,005		
Томат паста	0,003			
Томатная паста		0,002		
Хлеб пшеничный		0,009		
Хлеб ржаной				
Яблоки свежие				0,03

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 05.03.2024 (вторник)

Лист 3

Наименование	Хлеб пшеничны й / 1.1 /	Хлеб ржаной / 1.1 /	Маринад овощной / 1.1 /
Вода кипяченая			
Говядина			
Горох			
Капуста белокочанная, свежая			
Картофель			
Кислота аскорбиновая			0,00001
Кислота лимонная			0,00001
Лавровый лист			0,02
Лук репчатый			0,008
Масло растительное			0,093
Масло сливочное			0,0025
Морковь			0,001
Мука в/с			0,001
Сахар			0,001
Свекла			0,0212
Сметана			
Соль пищевая йодированная			0,001
Сухари панировочные			
Томат паста			0,0212
Томатная паста			
Хлеб пшеничный	0,0309		
Хлеб ржаной		0,035	
Яблоки свежие			

Расход по блюдам - Полдник
Брутто
На 05.03.2024 (вторник)

Лист 4

Наименование	Пирожок печеный с картофел ем / 1.1 /	Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит / 1.1 /
Вода кипяченая	0,019952	0,168
Дрожжи сухие	0,001469	
Картофель	0,040307	
Кислота аскорбиновая		0,00002
Кислота лимонная		0,0002
Лук репчатый	0,009093	
Масло растительное	0,003576	
Масло растительное (для смазки)	0,000333	
Мука в/с	0,049571	
Мука на подпыл	0,00232	
Сахар	0,002629	0,015
Соль пищевая йодированная	0,001106	
Яблоки свежие		0,03
Яйца (для смазки)	0,05	
яйцо	0,077333	

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .