

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

на 05.10.2023 (четверг)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Салат "Свекольные палочки" | | 60 | 4,96 | 56 |
| Мясо птицы под томатным соусом | | 100 | 2,67 | 228 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | | 150/5 | 32,01 | 203 |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) | | 200 | 14,10 | 58 |
| Хлеб пшеничный | | 35 | 17,22 | 83 |
| Итого: | 75,00 | | 70,96 | 628 |
| Обед | | | | |
| Салат витаминный (н) | | 60 | 14,84 | 112 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | | 250 | 8,14 | 81 |
| Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе | | 60/50 | 9,44 | 142 |
| Каша гречневая рассыпчатая | | 150 | 39,86 | 281 |
| Чай с сахаром | | 200/10 | 13,60 | 40 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 96,00 | | 117,09 | 807 |
| Весь рацион питания: | 171,00 | | 188,04 | 1435 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 48,57 | 52,67 | 188,04 | 0,68 | 0,33 | 34,20 | 120,76 | 3,49 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 215,14 | 664,43 | 260,61 | 14,23 | | | | |

Директор _____

(Михаилев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Актамянова В. А.



Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 05.10.2023 (четверг)

Школа №7

| Наименование | чай с сахаром / 1.1 / / | Хлеб пшеничный ржаной / 1.1 / 1.1 / |
|----------------------------------|-------------------------|-------------------------------------|
| Вода кипяченая | 0,2 | |
| Говядина (котлетное мясо) | | |
| Горошек зеленый консервированный | | |
| Капуста белокочанная, свежая | | |
| Картофель | | |
| Кислота лимонная | | |
| Крупа гречневая | | |
| Лук репчатый | | |
| Масло растительное | | |
| Масло сливочное | | |
| Морковь | | |
| Мука в/с | | |
| Петрушка | | |
| Рис | | |
| Сахар | 0,01 | |
| Сметана | | |
| Соль пищевая йодированная | | |
| Томат паста | | |
| Томатная паста | | 0,0309 |
| Хлеб пшеничный | | |
| Хлеб ржаной | | 0,035 |
| Чай высшего или 1-го сорта | 0,001 | |

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 05.10.2023 (четверг)

Школа №7

| Наименование | Щи из свежей капусты с витаминный (н) / 1.1 / / | Тфтели (2-й вариант) тушеные в соусе / 1.1 / 1.1 / | Каша гречневая я рассыпчатая / 1.1 / 1.1 / |
|----------------------------------|---|--|--|
| Вода кипяченая | | 0,038 | |
| Говядина (котлетное мясо) | 0,01848 | | |
| Горошек зеленый консервированный | 0,01878 | 0,0625 | |
| Капуста белокочанная, свежая | 0,04 | | |
| Картофель | 0,0009 | | 0,071 |
| Кислота лимонная | | | |
| Крупа гречневая | 0,012 | 0,021 | |
| Лук репчатый | 0,0036 | 0,003 | |
| Масло растительное | | | 0,005 |
| Масло сливочное | 0,01128 | 0,012 | |
| Морковь | | 0,00775 | |
| Мука в/с | 0,0013 | | |
| Петрушка | | 0,005 | |
| Рис | | | |
| Сахар | 0,003 | | |
| Сметана | | 0,0125 | |
| Соль пищевая йодированная | 0,0012 | 0,0008 | 0,003 |
| Томат паста | 0,001 | | |
| Томатная паста | | 0,005 | |
| Хлеб пшеничный | | | |
| Хлеб ржаной | | | |
| Чай высшего или 1-го сорта | | | |



(Михалев А. И.)

Директор

Бригадир

Калькулятор

(Михалев А. И.)

Директор

Бригадир

Калькулятор