

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



На 06.10.2022 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из белокочанной капусты (морк.)		50	3,23	30
Плов из филе кур		50/150	26,02	322
Чай с сахаром (н)		200	13,60	56
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	70,00		67,45	526
Обед				
Щи из свежей капусты с картофелем		250	7,90	90
Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе		60/50	9,44	142
Бобовые отварные		150	23,29	137
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	90,00		102,83	660
Весь рацион питания:	160,00		170,28	1186

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,18	34,09	170,28	0,65	0,33	27,29	104,40	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
188,09	573,60	149,25	10,60				

Директор

(Михалев А. И.)



Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

Школа №7

Брутто
На 06.10.2022 (четверг)

Наименование	Салат из белокочанной капусты (морк.) / 1.1 /	Плов из филе кур (н) / 1.1 /	Чай с сахаром (н) / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /
Вода кипяченая	0,00485			
Капуста белокочанная, свежая	0,0493		0,15	
Кислота лимонная	0,0015			
Лук репчатый		0,012		
Масло растительное	0,0025	0,01		
Морковь	0,00625	0,015		
Рис		0,052		
Сахар	0,0025			
Соль пищевая йодированная	0,00075	0,003	0,012	
Томат паста		0,006		
Филе куриное		0,072		
Хлеб пшеничный				
Чай высшего или 1-го сорта			0,0005	0,0515

Директор
(Михалев А. И.)

Калькулятор

Бригадир
Ахтямянова В. А.



Школа №7

Брутто
На 06.10.2022 (четверг)

Наименование	Ши из свежей капусты с картофел ем / 1.1 /	Тeftели (2-й вариант) тушеные в соусе / 1.1 /	Бобовые отварные / 1.1 /	красная смородин а,	Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородин а,
Вода кипяченая					
Говядина (козлетное мясо)	0,2				0,2
Горох		0,038			
Капуста белокочанная, свежая	0,0625				0,0727
Картофель	0,04				
Кислота лимонная					
Крупа рисовая		0,005			0,0001
Лук репчатый		0,012	0,005		
Масло растительное		0,005	0,021		
Масло сливочное		0,005	0,003		
Морковь			0,00525		
Мука в/с		0,012			
Петрушка		0,00775			
Сахар		0,0013			
Смесь свежемороженой ягоды					0,017
Сметана					0,025
Соль пищевая йодированная		0,0125			
Томат паста		0,0008			0,003
Томатная паста		0,001			
Хлеб пшеничный					
Хлеб ржаной		0,005			

Директор
(Михалев А. И.)

Калькулятор

Бригадир
Ахтямянова В. А.

Расход по блюдам - Обед

Школа №7

Брутто

На 06.10.2022 (четверг)

Наименование	Хлеб пшеничный / 1.1	Хлеб ржаной / 1.1
Вода кипяченая		
Говядина (коллетное мясо)		
Горох		
Капуста белокочанная, свежая		
Картофель		
Кислота лимонная		
Крупа рисовая		
Лук репчатый		
Масло растительное		
Масло сливочное		
Морковь		
Мука в/с		
Петрушка		
Сахар		
Смесь свежемороженой ягоды		
Сметана		
Соль пищевая йодированная		
Томат паста		
Томатная паста		
Хлеб пшеничный		0,0515
Хлеб ржаной		0,05



 (Михалев А. И.)
 Директор

 Калькулятор
 Бригадир

