

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				
Овощи натуральные свежие - помидоры		50	1,90	11
Плов из филе кур		50/150	26,02	322
Чай с сахаром (н)		200	13,60	56
Хлеб пшеничный		50	0,00	118
Итого:	70,00		41,52	507
Обед				
Овощи натуральные свежие - огурцы		50	0,95	6
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 смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,49	70
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	90,00		88,52	591
Весь рацион питания:	160,00		130,04	1098

Для всего меню								
В граммах			Витамины в миллиграммах					
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
40,52	31,95	130,04	0,58	0,31	28,95	104,40	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
180,46	541,47	154,40	9,98					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.



Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 08.09.2022 (четверг)

Школа №7

Наименование	Овощи натуральные свежие / 1.1 / 1.1 / 1.1 /	Щи из свежей капусты с тушеными картофелем / 1.1 / 1.1 /	Тяфтели (2-й вариант) отварные / 1.1 /
Вода кипяченая		0,2	
Говядина (копченое мясо)			0,038
Горох			0,0727
Капуста белокочанная, свежая		0,0625	
Картофель		0,04	
Кислота аскорбиновая			
Кислота лимонная			0,005
Крупа рисовая		0,012	0,021
Лук репчатый		0,005	0,003
Масло растительное			0,00525
Масло сливочное		0,012	
Морковь			0,00775
Мука в/с		0,0526	
Огурцы свежие			0,0013
Петрушка			
Сахар			
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)			0,0125
Сметана		0,0008	0,003
Соль пищевая йодированная		0,001	
Томат паста			0,005
Томатная паста			
Хлеб пшеничный			
Хлеб ржаной			

Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто
На 08.09.2022 (четверг)

Школа №7

Наименование	Овощи натуральные свежие / 1.1 / 1.1 /	Плов из курицы / 1.1 / 1.1 /	Хлеб пшеничный сахаром / 1.1 / 1.1 /	Чай с сахаром (н) / 1.1 /
Вода кипяченая				0,15
Лук репчатый		0,012		
Масло растительное		0,01		
Морковь		0,015		
Помидоры свежие	0,059			
Рис		0,052		
Сахар				0,012
Соль пищевая йодированная		0,003		
Томат паста		0,006		
Филе куриное		0,072		
Хлеб пшеничный		0,050164		
Чай высшего или 1-го сорта				0,0005



Директор (Михаев А. И.)

Бригадир

Ахтямова В. А.



Директор (Михаев А. И.)

Бригадир

Ахтямова В. А.

Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7

На 08.09.2022 (четверг)

Наименование	Хлеб пшеничный / ржаной / 1.1 / 1.1 /	Хлеб из смеси / сухофруктов + Свит / 1.1 /	Напиток
Вода кипяченая			0,2
Говядина (котлетное мясо)			
Горох			
Капуста белокочанная, свежая			
Картофель			
Кислота аскорбиновая			0,0001
Кислота лимонная			0,0002
Крупа рисовая			
Лук репчатый			
Масло растительное			
Масло сливочное			
Морковь			
Мука в/с			
Огурцы свежие			
Петрушка			
Сахар			0,012
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)			0,02
Сметана			
Соль пищевая йодированная			
Томат паста			
Томатная паста			
Хлеб пшеничный	0,0306		
Хлеб ржаной		0,035	



Директор
(Михалев А. И.)

Келькулятор

Бригадир

Ахтямянова В. А.