

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №7

На 11.01.2024 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Салат витаминный (н)		100	24,73	187
Напиток из свежей вишни		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Макаронные изделия отварные с маслом		180	37,17	236
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>		<b>91,85</b>	<b>728</b>
<b>Обед</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,14	81
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Тефтели из говядины тушеные с томатным соусом		100	11,48	223
Каша перловая рассыпчатая		180	39,49	264
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
<b>Итого:</b>	<b>110,00</b>		<b>127,44</b>	<b>935</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Сок фруктовый		200	20,20	92
<b>Итого:</b>	<b>54,13</b>		<b>61,12</b>	<b>315</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>249,13</b>		<b>280,42</b>	<b>1978</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
55,08	64,93	280,42	0,93	0,54	95,93	155,53	9,03
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
358,40	768,71	217,83	25,73				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .

## Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

Школа №7

На 11.01.2024 (четверг)

Наименование	Салат витаминный (н) / 1.1 /	Напиток из свежей вишни / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /	Макаронные изделия отварные с маслом / 1.1 /
Вишня		0,025		
Вода кипяченая		0,2		
Горошек зеленый консервированный	0,0308			
Капуста белокочанная, свежая	0,0313			
Кислота лимонная	0,0015	0,0001		
Курица				
Лук репчатый				
Макаронные изделия				0,059226
Масло растительное	0,006			
Масло сливочное				0,00871
Морковь	0,0188			
Мука в/с				
Сахар	0,005	0,017		
Сметана				
Соль пищевая йодированная	0,002			0,003484
Томат паста				
Хлеб пшеничный				0,0309

Директор  
(Михалев А. И.)

Зав. производства  
Алферова А. .



## Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

Школа №7

На 11.01.2024 (четверг)

Наименование	Курица отварная с соусом / 1.1 /
Вишня	
Вода кипяченая	
Горошек зеленый консервированный	
Капуста белокочанная, свежая	
Кислота лимонная	
Курица	0,104
Лук репчатый	0,004
Макаронные изделия	
Масло растительное	
Масло сливочное	
Морковь	
Мука в/с	0,00375
Сахар	
Сметана	0,0125
Соль пищевая йодированная	0,002
Томат паста	0,005
Хлеб пшеничный	

Директор  
(Михалев А. И.)

Зав. производства  
Алферова А. .





Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7 На 11.01.2024 (четверг)

Наименование	Ши из свежей капусты с картофел ем / 1.1 /	Хлеб пшеничны й / 1.1 /	Хлеб ржаной / с 1.1 /	Тефтели из говядины тушеные с томатным соусом / 1.1 /
Вода кипяченая				
Говядина				0,035
Капуста белокочанная, свежая	0,0625			
Картофель	0,04			
Крупа перловая				
Лук репчатый	0,012			0,021
Масло растительное	0,005			0,006
Масло сливочное				
Морковь	0,012			
Мука в/с				0,006
Петрушка	0,0013			
Рис				0,005
Сахар				
Свекла				
Смородина черная				
Соль пищевая йодированная	0,0008			0,003
Томат паста	0,001			
Томатная паста				
Хлеб пшеничный			0,0309	0,003
Хлеб ржаной				0,035

Директор  
Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алферова А. . .



Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7 На 11.01.2024 (четверг)

Наименование	Каша из перловая рассылча тая / 1.1 /	Компот из черной смородин ы / 1.1 /	Салат из свеклы отварной / 1.1 /
Вода кипяченая			0,136
Говядина			
Капуста белокочанная, свежая			
Картофель			
Крупа перловая	0,06		
Лук репчатый			
Масло растительное			0,006
Масло сливочное	0,0084		
Морковь			
Мука в/с			
Петрушка			
Рис			
Сахар		0,024	
Свекла			0,1212
Смородина черная		0,0306	
Соль пищевая йодированная	0,0036		
Томат паста			
Томатная паста			
Хлеб пшеничный			
Хлеб ржаной			

Директор  
Зав. производства

(Михалев А. И.)

Алферова А. . .



