

7/1
ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

М Е Н Ю

На 11.03.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Фрукт		140	13,72	66
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	85,00		108,74	692
Обед				
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	12,32	178
Макаронные изделия отварные с маслом		180	37,17	236
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Итого:	110,00		128,01	855
Полдник				
Плюшка московская		100	56,00	350
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		70,10	408
Весь рацион питания:	249,13		306,85	1955

Для всего меню

В граммах

Белки 46,35
Жиры 52,23
Углеводы 306,85

Витамины в миллиграммах

В1 0,61
В2 0,89
С 71,40
А 238,34
Е 0,28

Минеральные вещества в миллиграммах

Са 598,80
Р 581,25
Mg 137,14
Fe 10,50

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 11.03.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Фрукт		140	13,72	66
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	85,00		108,74	692
Обед				
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	12,32	178
Макаронные изделия отварные с маслом		180	37,17	236
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Итого:	110,00		128,01	855
Полдник				
Плюшка московская		100	56,00	350
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		70,10	408
Весь рацион питания:	249,13		306,85	1955

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
46,35	52,23	306,85	0,61	0,89	71,40	238,34	0,28
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
598,80	581,25	137,14	10,50				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто
На 11.03.2024 (понедельник)

Лист 1

Школа №7

Наименование	Каша жидкая молочная из манной крупы / 1.1 /	Фрукт / 1.1 /	Бутерброд с сыром / 1.1 /	Кофейный напиток с молоком / 1.1 /
Вода кипяченая				0,12
Кофейный напиток				0,005
Крупа манная	0,03875			
Масло сливочное	0,00625			
Молоко	0,125			0,05
Сахар	0,0075			0,02
Соль пищевая йодированная	0,00125			
Сыр			0,011	
Фрукт		0,14		
Хлеб пшеничный			0,05	

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 11.03.2024 (понедельник)

Лист 2

Школа №7

Наименование	Рассольник Ленинградский (н) / 1.1 /	Компот из черной смородины / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /	Хлеб ржаной / 1.1 /
Вода кипяченая	0,187	0,136		
Капуста молодая (для салата)				
Картофель	0,1			
Кислота лимонная				
Крупа перловая	0,005			
Лук репчатый	0,006			
Макаронные изделия				
Масло растительное	0,005			
Масло сливочное				
Молоко				
Морковь	0,015			
Мука в/с				
Огурец конс.	0,01675			
Сахар		0,024		
Сметана				
Смородина черная		0,0306		
Соль пищевая йодированная	0,0015			
Сухари панировочные				
Томатная паста				
Филе куриное				
Хлеб пшеничный			0,0309	
Хлеб ржаной				0,035

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 11.03.2024 (понедельник)

Лист 3

Школа №7

Наименование	Биточки из филе кур с соусом / 1.1 /	Макаронные изделия отварные с маслом / 1.1 /	Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью / 1.1 /
Вода кипяченая			0,0097
Капуста молодая (для салата)			0,0986
Картофель			
Кислота лимонная			0,003
Крупа перловая			
Лук репчатый	0,006		
Макаронные изделия		0,059226	
Масло растительное	0,003		0,005
Масло сливочное		0,00871	
Молоко	0,01		
Морковь			0,0125
Мука в/с	0,00375		
Огурец конс.			
Сахар			0,005
Сметана	0,0075		
Смородина черная			
Соль пищевая йодированная	0,004	0,003484	0,0015
Сухари панировочные	0,005		
Томатная паста	0,01		
Филе куриное	0,04		
Хлеб пшеничный	0,009		
Хлеб ржаной			

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Полдник
Брутто
На 11.03.2024 (понедельник)

Лист 4

Школа №7

Наименование	Плужка московская / 1.1 /	Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) / 1.1 /
Вода кипяченая		0,2
Дрожжи сухие	0,0008	
Кислота лимонная		0,0001
Масло растительное	0,0076	
Масло сливочное	0,0102	
Молоко	0,0346	
Мука в/с	0,062	
Сахар	0,0254	0,017
Смесь свежемороженой ягоды		0,025
Соль пищевая йодированная	0,0012	
яйцо	0,6	

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .