

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 19.01.2023 ^{пятница} (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с маслом		180	38,41	173
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Котлеты рыбные из минтая с соусом		50/50	11,40	168
Масло (порциями)		10	0,13	66
Итого:	75,00		88,64	583
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и зеленью		250	10,93	104
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Жаркое по-домашнему (Г)		25/125	88,60	185
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Огурцы натуральные соленые		30	0,51	3
Итого:	96,00		159,13	558
Весь рацион питания:	171,00		247,77	1141

Для всего меню							
В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
24,32	33,52	247,77	0,50	0,22	17,07	105,70	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
169,42	406,57	110,48	7,27				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

Школа №7

М Е Н Ю

На 13.01.2023 (ПЯТНИЦА)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с маслом		180	38,41	173
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Котлеты рыбные из минтая с соусом		50/50	11,40	168
Масло (порциями)		10	0,13	66
Итого:	75,00		88,64	583
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем и зеленью		250	10,93	104
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Жаркое по-домашнему (Г)		25/125	88,60	185
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Огурцы натуральные соленые		30	0,51	3
Итого:	96,00		159,13	558
Весь рацион питания:	171,00		247,77	1141

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
24,32	33,52	247,77	0,50	0,22	17,07	105,70	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
169,42	406,57	110,48	7,27				



Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.

Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

Школа №7

На 19.01.2023 (пятица)

Наименование	Макаронные изделия	Хлеб пшеничный	Котлеты рыбные	Напиток из свежих ягод
Макаронные изделия	0,0612			
Масло растительное	0,006			
Масло сливочное				
Минтай				
Молоко				
Мука в/с				
Сахар				
Смесь свежемороженой ягоды				
Сметана				
Соль пищевая йодированная				
Сухари панировочные				
Томатная паста				
Хлеб пшеничный		0,0515		
Вода кипяченая				0,2
Кислота лимонная				0,0001
Макаронные изделия	0,0612			
Масло растительное			0,005	
Масло сливочное			0,07	
Минтай			0,013	
Молоко			0,003	
Сахар			0,017	
Смесь свежемороженой ягоды			0,025	
Сметана			0,003	
Соль пищевая йодированная	0,0036		0,003	
Сухари панировочные			0,005	
Томатная паста			0,003	
Хлеб пшеничный		0,0515	0,009	

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямянова В. А.



Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

Школа №7

На 19.01.2023 (пятница)

Наименование	Масло (порциями) / 1.1
Вода кипяченая	
Кислота лимонная	
Макаронные изделия	
Масло растительное	
Масло сливочное	0,01
Минтай	
Молоко	
Мука в/с	
Сахар	
Смесь свежемороженой ягоды	
Сметана	
Соль пищевая йодированная	
Сухари панировочные	
Томатная паста	
Хлеб пшеничный	

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямянова В. А.

Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7

На 13.01.2023 (лагница)

Наименование	Борщ со свежей капустой, картофель и зеленью / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /	Хлеб ржаной / 1.1 /	Жаркое по-домашнему (Г) / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2			
Говядина				0,04
Капуста белокочанная, свежая	0,025			
Картофель	0,02675			0,133
Кислота аскорбиновая				
Кислота лимонная				
Лук репчатый	0,01525			0,012
Масло растительное	0,005			0,006
Морковь	0,0125			
Огурцы соленые				
Петрушка	0,0001			
Сахар	0,0025			
Свекла	0,05			
Соль пищевая йодированная	0,0015			0,002
Томаг паста	0,003			0,0024
Хлеб пшеничный		0,0309		
Хлеб ржаной			0,035	
Яблоки свежие				

Директор

(Микалев А. И.)

Бригадир

Ахтямова В. А.



Калькулятор

(Микалев А. И.)

Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7

На 13.01.2023 (лафт/шур)

Наименование	Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит / 1.1 /	Огурцы натуральные соленые / 1.1 /
Вода кипяченая	0,168	
Говядина		
Капуста белокочанная, свежая		
Картофель		
Кислота аскорбиновая	0,00002	
Кислота лимонная	0,0002	
Лук репчатый		
Масло растительное		
Морковь		
Огурцы соленые		0,033
Петрушка		
Сахар	0,015	
Свекла		
Соль пищевая йодированная		
Томаг паста		
Хлеб пшеничный		
Хлеб ржаной		
Яблоки свежие	0,03	

Директор

(Микалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.