

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 13.03.2024 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом		220	73,13	444
Молоко сгущеное		30	16,65	98
Чай с сахаром		210	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		60	25,00	181
Итого:	85,00		128,38	763
Обед				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	9,15	95
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Курица отварная с соусом		100	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Итого:	110,00		105,81	863
Полдник				
Крендель " Сахарный "		100	56,00	370
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	54,13		83,88	485
Весь рацион питания:	249,13		318,07	2111

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
63,28	67,12	318,07	1,02	0,80	20,51	230,79	17,05
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
510,19	907,72	210,34	15,38				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Первый завтрак

Лист 1

Школа №7

Брутто
На 13.03.2024 (среда)

Наименование	Запеканка рисовая с творогом / 1.1 /	Молоко стуженое / 1.1 /	Чай с сахаром / 1.1 /	Бутерброд с маслом сливочным / 1.1 /
Ванилин	0,000015			
Вода кипяченая			0,2	
Масло растительное	0,002933			
Масло сливочное				0,01
Молоко стуженое		0,03		
Фис	0,044			
Сахар	0,016133		0,01	
Сметана	0,005867			
Сухари пшеничные	0,005867			
Творог	0,0836			
Хлеб пшеничный				0,051
Чай высшего или 1-го сорта			0,001	
яйцо	0,183333			

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед

Лист 2

Школа №7

Брутто
На 13.03.2024 (среда)

Наименование	Салат из свеклы отварной / 1.1 /	Суп из овощей на курином бульоне (с/н) / 1.1 /	Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /
Вода кипяченая				0,2
Горох				
Горошек зеленый консервированный		0,0115		
Капуста белокочанная, свежая		0,025		
Картофель		0,06675		
Кислота лимонная			0,0001	
Курица				
Лук репчатый		0,012		
Масло растительное	0,006	0,005		
Масло сливочное				
Морковь		0,0125		
Мука в/с				
Сахар			0,017	
Свекла	0,1212			
Смесь свежемороженой ягоды			0,025	
Сметана				
Соль пищевая йодированная		0,002		
Суповой набор		0,0375		
Томат паста				
Хлеб пшеничный				0,0309
Хлеб ржаной				

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед

Лист 3

Школа №7

Брутто
На 13.03.2024 (среда)

Наименование	Хлеб ржаной / 1.1 /	Курица отварная с соусом / 1.1 /	Пюре из гороха с маслом / 1.1 /
Вода кипяченая			
Горох			0,0912
Горошек зеленый консервированный			
Капуста белокочанная, свежая			
Кислота лимонная			
Курица		0,104	
Лук репчатый		0,004	
Масло растительное			
Масло сливочное			0,006
Морковь			
Мука в/с		0,00375	
Сахар			
Свекла			
Смесь свежемороженой ягоды			
Сметана		0,0125	
Соль пищевая йодированная		0,002	0,0036
Суповой набор			
Томат паста		0,005	
Хлеб пшеничный			
Хлеб ржаной	0,035		

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Полдник

Лист 4

Школа №7

Брутто
На 13.03.2024 (среда)

Наименование	Крендель из свежих плодов Сахарный (яблоки) +С вит / 1.1 /	Напиток из свежих ягод (яблоки) +С вит / 1.1 /
Вода кипяченая		0,168
Дрожжи сухие	0,006	
Кислота аскорбиновая		0,00002
Кислота лимонная		0,0002
Масло растительное	0,0146	
Масло сливочное	0,005	
Молоко	0,02	
Мука в/с	0,056	
Сахар	0,022	0,015
Соль пищевая йодированная	0,004	
Яблоки свежие		0,03
яйцо	1,	

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .