

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 15.09.2022 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Овощи натуральные свежие - огурцы		50	0,95	6
Рыба, тушенная в томате с овощами		50/50	2,09	62
Макаронные изделия отварные с маслом		150	32,01	144
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	0,00	118
Итого: 70,00			49,15	388
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	136
Котлеты из говядины		50	6,61	161
Каша ячневая рассыпчатая		150	32,18	219
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	0,00	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Соус сметанный		50	2,93	37
Итого: 90,00			90,72	770
Весь рацион питания: 160,00			139,87	1158

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
35,03	32,99	139,87	0,52	0,29	10,44	111,60	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
180,38	549,80	138,37	7,27					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

Расход по блюдам - Первый завтрак
 Брутто
 Школа №7
 На 15.09.2022 (четверг)

Лист 1

Наименование	Овощи натураль ные свежие - с огурцы / 1.1 /	Рыба, тушеная в томате с овощами / 1.1 /	Макаронн ые изделия отварные с маслом / 1.1 /	Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородин а, красная смородин а, малина, клубника / ежевика, клубника) / 1.1 /
Вода кипяченая				0,2
Кислота лимонная		0,0025		0,0001
Лавровый лист		0,0001		
Лук репчатый		0,016		
Макаронные изделия			0,051	
Масло растительное		0,005		
Масло сливочное			0,005	
Минтай		0,123		
Морковь		0,023		
Огурцы свежие	0,0526			
Сахар		0,002		0,017
Смесь свежемороженой ягоды				0,025
Соль пищевая йодированная				0,003
Томат паста		0,01		
Хлеб пшеничный				

Директор (Михалев А. И.)
 Бригадир Калькулятор



Ахтямова В. А.

Расход по блюдам - Первый завтрак
 Брутто
 Школа №7
 На 15.09.2022 (четверг)

Лист 2

Наименование	Хлеб пшеничн ый / 1.1
Вода кипяченая	/
Кислота лимонная	
Лавровый лист	
Лук репчатый	
Макаронные изделия	
Масло растительное	
Масло сливочное	
Минтай	
Морковь	
Огурцы свежие	
Сахар	
Смесь свежемороженой ягоды	
Соль пищевая йодированная	
Томат паста	
Хлеб пшеничный	0,050164

Директор (Михалев А. И.)
 Бригадир Калькулятор



Ахтямова В. А.

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 15.09.2022 (четверг)

Школа №7

Наименование	Суп	Напиток	из смеси	Хлеб
Вода кипяченая	0,175	0,2		
Говядина (котлетное мясо)				
Горох	0,02025			
Картофель	0,06675			
Кислота аскорбиновая		0,00001		
Кислота лимонная		0,0002		
Крупа ячневая 0.65				
Лук репчатый	0,012			
Масло растительное	0,005			
Морковь	0,0125			
Мука в/с	0,00325			
Петрушка				
Сахар			0,012	
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)			0,02	
Сметана				
Соль пищевая йодированная	0,002			
Сухари панировочные				
Хлеб пшеничный				0,030098
Хлеб ржаной				0,035

Директор
Бригадир

(Михалев А. И.)
Ахтямянова В. А.



Калькулятор

Ахтямянова В. А.

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 15.09.2022 (четверг)

Школа №7

Наименование	Котлеты из говядины / 1.1 /	Соус сметанный / 1.1 /	Каша ячневая рассыпчатая / 1.1 /
Вода кипяченая			1.1 /
Говядина (котлетное мясо)	0,04		
Горох			
Картофель			
Кислота аскорбиновая			
Кислота лимонная			
Крупа ячневая 0.65			0,05
Лук репчатый			
Масло растительное	0,003		
Масло сливочное			
Морковь			0,005
Мука в/с		0,00375	
Петрушка			
Сахар			
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)			
Сметана		0,0125	
Соль пищевая йодированная	0,003		
Сухари панировочные	0,005		
Хлеб пшеничный		0,009	
Хлеб ржаной			

Директор
Бригадир

(Михалев А. И.)
Ахтямянова В. А.



Калькулятор

Ахтямянова В. А.