

Школа №7

М Е Н Ю

На 16.05.2023 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		89,52	645
Обед				
Зеленый горошек порц.		50	3,00	19
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Печень по-строгановски (г)		50/50	3,52	185
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
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
Итого:	96,00		103,67	801
Весь рацион питания:	171,00		193,19	1446

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
97,89	48,74	193,19	0,98	145,40	44,43	5886,86	0,04	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
245,80	711,05	240,29	16,50					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

На 16.05.2023 (вторник)

Школа №7

Наименование	Икра кабачковая /	Биточки из филе карбонад / 1.1 / 1.1 /	Пюре картофеля / 1.1 /	Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит / 1.1 /
Вода кипяченая				0,168
Икра кабачковая	0,063			
Картофель			0,171	
Кислота аскорбиновая				0,00002
Кислота лимонная				0,0002
Лук репчатый		0,006		
Масло растительное		0,003		
Масло сливочное			0,00525	
Молоко		0,01	0,024	
Мука в/с		0,00375		
Сахар				0,015
Сметана		0,0075		
Соль пищевая йодированная		0,004	0,004	
Сухари панировочные		0,005		
Томатная паста		0,01		
Филе куриное		0,04		
Хлеб пшеничный		0,009		
Яблоки свежие				0,03

Директор

Бригадир

(Михалев А. И.)

Калькулятор

Ахтямова В. А.



Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

На 16.05.2023 (вторник)

Школа №7

Наименование	Хлеб пшеничный /
Вода кипяченая	
Икра кабачковая	
Картофель	
Кислота аскорбиновая	
Кислота лимонная	
Лук репчатый	
Масло растительное	
Масло сливочное	
Молоко	
Мука в/с	
Сахар	
Сметана	
Соль пищевая йодированная	
Сухари панировочные	
Томатная паста	
Филе куриное	
Хлеб пшеничный	0,0515
Яблоки свежие	

Директор

Бригадир

(Михалев А. И.)

Калькулятор

Ахтямова В. А.



Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 16.05.2023 (вторник)

Школа №7

Наименование	Зеленый горошек порц. / 1.1 / (н) / 1.1 /	Рассольник Ленинградский (н) / 1.1 /	Печень по-строгановски (г) / 1.1 /	Каша гречневая
Вода кипяченая		0,187		
Горюшек зеленый консервированный	0,073			
Картофель	0,1			
Кислота лимонная				0,071
Крупа гречневая	0,005			
Крупа перловая	0,006	0,005		
Лук репчатый	0,005	0,006		
Масло растительное			0,005	
Масло сливочное	0,015			
Морковь		0,00375		
Мука в/с	0,01675			
Огурец конс.		0,089		
Печень гов.				
Сахар				
Смесь свежемороженой ягоды				
Сметана	0,0015	0,004	0,0012	
Соль пищевая йодированная				0,003
Томат паста				
Хлеб пшеничный				
Хлеб ржаной				



Директор (Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтаминова В. А.

Расход по блюдам - Обед
Брутто
На 16.05.2023 (вторник)

Школа №7

Наименование	Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /	Хлеб ржаной / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2		
Горюшек зеленый консервированный			
Картофель			
Кислота лимонная	0,0001		
Крупа гречневая			
Крупа перловая			
Лук репчатый			
Масло растительное			
Масло сливочное			
Морковь			
Мука в/с			
Огурец конс.			
Печень гов.			
Сахар	0,017		
Смесь свежемороженой ягоды	0,025		
Сметана			
Соль пищевая йодированная			
Томат паста			
Хлеб пшеничный		0,0309	
Хлеб ржаной			0,035



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтаминова В. А.