

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 18.01.2024 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Биточки из говядины в соусе		90	9,09	181
Макаронные изделия отварные с маслом		180	37,17	236
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	85,00		75,64	534
Обед				
Борщ со свежей капустой , картофелем		250	10,93	96
Жаркое из кур		200	292,57	293
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью		100	6,47	60
Итого:	110,00		379,88	770
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и яйцом		100	36,40	196
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Итого:	54,13		65,26	319
Весь рацион питания:	249,13		520,78	1623

Для всего меню

В граммах

Белки

33,46

Жиры

38,42

Углеводы

520,78

Витамины в миллиграммах

B1

0,50

B2

0,27

C

92,31

A

114,39

E

0,43

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca

213,57

P

512,69

Mg

152,05

Fe

9,77



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто

Школа №7

На 18.01.2024 (четверг)

Наименование	Огурцы натуральные / 1.1 /	Биточки из говядины в соусе / 1.1 /	Макаронные изделия с маслом / 1.1 /	чай с сахаром / 1.1 /
Вода кипяченая				0,2
Говядина (котлетное мясо)		0,0351		
Макаронные изделия			0,059226	
Масло растительное		0,0027		
Масло сливочное			0,00871	
Мука в/с		0,0027		
Огурцы соленые	0,066			
Сахар				0,01
Сметана		0,0018		
Соль пищевая йодированная		0,0027	0,003484	
Сухари панировочные		0,0045		
Томат паста		0,0027		
Хлеб пшеничный				0,001
Чай высшего или 1-го сорта				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто

Школа №7

На 18.01.2024 (четверг)

Наименование	Хлеб пшеничный / 1.1 /
Вода кипяченая	
Говядина (котлетное мясо)	
Макаронные изделия	
Масло растительное	
Масло сливочное	
Мука в/с	
Огурцы соленые	
Сахар	
Сметана	
Соль пищевая йодированная	
Сухари панировочные	
Томат паста	
Хлеб пшеничный	0,0309
Чай высшего или 1-го сорта	

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



Расход по блюдам - Обед

Брутто

На 18.01.2024 (четверг)

Школа №7

Наименование	Борщ со свежей капустой / 1.1 /	Жаркое из кур / 1.1 /	Компот из черной смородины / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2		0,136	
Капуста белокочанная, свежая	0,025			
Капуста молодая (для салата)				
Картофель	0,02675	0,152		
Кислота лимонная				
Куры 1к.		0,121143		
Лук репчатый	0,01525	0,013714		
Масло растительное	0,005	0,006857		
Морковь	0,0125			
Сахар	0,0025	0,024		
Свекла	0,05			
Смородина черная			0,0306	
Соль пищевая йодированная	0,0015	0,002286		
Томат паста	0,003	0,002743		
Хлеб пшеничный				0,0515
Хлеб ржаной				



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. . .

Школа №7

Расход по блюдам - Обед

Брутто

На 18.01.2024 (четверг)

Наименование	Хлеб ржаной / 1.1 /	Салат из белокочанной капусты / свежий (квашенный) с морковью / 1.1 /
Вода кипяченая		0,0097
Капуста белокочанная, свежая		
Капуста молодая (для салата)		0,0986
Картофель		
Кислота лимонная		0,003
Куры 1к.		
Лук репчатый		
Масло растительное		0,005
Морковь		0,0125
Сахар		0,005
Свекла		
Смородина черная		
Соль пищевая йодированная		0,0015
Томат паста		
Хлеб пшеничный		
Хлеб ржаной	0,035	



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. . .

Расход по блюдам - Полдник

Брутто

На 18.01.2024 (четверг)

Школа №7

Наименование	Пирожок печеный с капустой и яйцом / 1.1 /	Компот из черной смородины / 1.1 /
Вода кипяченая	0,019952	0,136
Дрожжи сухие	0,001469	
Капуста белокочанная, свежая	0,05	
Масло растительное	0,004576	
Масло растительное (для смазки)	0,000333	
Мука в/с	0,049571	
Мука на подпыл	0,00232	
Сахар	0,002629	0,024
Смородина черная		0,0306
Соль пищевая йодированная	0,001106	
Яйца (для смазки)	0,05	
яйцо	0,160666	

Директор
(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .