

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 22.03.2024 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Фрукт (сезонный) пор.		130	12,74	61
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Каша вязкая молочная из ячневой крупы		250	49,00	358
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	85,00		104,11	687
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г)		110	14,00	130
Пюре картофельное		180	24,48	164
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,00		112,47	728
Полдник				
Пирожок печеный с ягодой		100	48,71	167
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	54,13		76,59	282
Весь рацион питания:	249,13		293,17	1697

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,68	42,65	293,17	0,79	0,81	51,61	166,10	0,85
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
437,10	668,80	195,77	11,29				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто

Лист 1

Школа №7

На 22.03.2024 (пятница)

Наименование	Бутерброд с маслом сливочным / 1.1 /	Каша вязкая молочная из ячневой крупы / 1.1 /	Кофейный напиток с молоком / 1.1 /	Фрукт (сезонный) пор. / 1.1 /
Вода кипяченая			0,12	
Кофейный напиток			0,005	
Крупа ячневая 0.65		0,055		
Масло сливочное	0,01	0,00625		
Молоко		0,125	0,05	
Сахар		0,0075	0,02	
Фрукт				0,13
Хлеб пшеничный	0,051			

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед
Брутто

Лист 2

Школа №7

На 22.03.2024 (пятница)

Наименование	Суп картофельный с бобовыми / 1.1 /	Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленские) / 1.1 /	Напиток из смеси сухофруктов + витамин / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /
Вода кипяченая	0,175		0,2	
Говядина		0,0405		
Горох	0,02025			
Капуста белокочанная, свежая		0,0225		
Картофель	0,06675			
Кислота аскорбиновая			0,00001	
Кислота лимонная			0,0002	
Лук репчатый	0,012	0,011		
Масло растительное	0,005	0,002		
Масло сливочное				
Молоко				
Морковь	0,0125			
Мука в/с		0,004		
Петрушка	0,00325			
Рис		0,00375		
Сахар		0,002	0,012	
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)			0,02	
Соль пищевая йодированная	0,002	0,003		
Томат паста		0,003		
Хлеб пшеничный				0,050167
Хлеб ржаной				
яйцо		0,25		

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Обед
Брутто

Лист 3

Школа №7

На 22.03.2024 (пятница)

Наименование	Хлеб ржаной / 1.1 /	Пюре картофельное / 1.1 /
Вода кипяченая		
Говядина		
Горох		
Капуста белокочанная, свежая		
Картофель		0,2052
Кислота аскорбиновая		
Кислота лимонная		
Лук репчатый		
Масло растительное		
Масло сливочное		0,0063
Молоко		0,0288
Морковь		
Мука в/с		
Петрушка		
Рис		
Сахар		
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)		
Соль пищевая йодированная		0,0048
Томат паста		
Хлеб пшеничный		
Хлеб ржаной	0,035	
яйцо		

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Расход по блюдам - Подник
Брутто

Лист 4

Школа №7

На 22.03.2024 (пятница)

Наименование	Пирожок печеный с ягодой / 1.1 /	Напиток из свежих плодов (яблоки) + витамин / 1.1 /
Ванилин	0,001333	
Вода кипяченая	0,01952	0,168
Дрожжи сухие	0,001469	
Кислота аскорбиновая		0,00002
Кислота лимонная		0,0002
Масло растительное	0,002243	
Масло растительное (для смазки)	0,000333	
Мука в/с	0,049571	
Мука на подпыл	0,00232	
Сахар	0,015962	0,015
Смесь свежемороженой ягоды	0,053333	
Соль пищевая йодированная	0,000773	
Яблоки свежие		0,03
Яйца (для смазки)	0,05	
яйцо	0,077333	

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

