

Школа №7

М Е Н Ю

На 22.04.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы		200	48,36	318
Фрукт (сезонный) пор.		140	13,72	66
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	80,00		104,15	646
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Плов из курицы		250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	105,00		112,80	831
Полдник				
Плюшка московская		75	42,00	263
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	35,86		56,10	321
Весь рацион питания:	220,86		273,05	1798

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,24	52,44	273,05	0,49	0,83	25,74	159,40	0,52
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
505,83	606,62	175,32	9,53				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А.



Расход по блюдам - Первый завтрак
Брутто

МБОУ Школа г.о. Самара На 22.04.2024 (понедельник)

Наименование	Каша	Фрукт	Бутербро	Кофейный
	вязкая	(сезонны	д с	напиток
	из	й) пор.	сыром /	с
	кукурузн	/ 1.1 /	1.1 /	молоком
	ой крупн	/ 1.1 /		/ 1.1 /
	/ 1.1 /			
Вода кипяченая				0,12
Кофейный напиток				0,005
Крупа кукурузная	0,054286			
Масло сливочное	0,009524			
Молоко	0,095238			0,05
Сахар	0,005714			0,02
Соль пищевая йодированная	0,000952			
Сыр			0,011	
Фрукт		0,14		
Хлеб пшеничный				0,05

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



Расход по блюдам - Обед
Брутто

МБОУ Школа г.о. Самара На 22.04.2024 (понедельник)

Наименование	Суп	картофель	Напиток
	вязкий с	вермишел	из смеси
	ью на	Плов из	Хлеб
	курином	курицы /	сухофрук
	бульоне	1.1 /	тов + С
	с/н /	вит /	й / 1.1
	1.1 /	1.1 /	
Вода кипяченая	0,14		0,2
Картофель	0,08		
Кислота аскорбиновая			0,00001
Кислота лимонная			0,0002
Курица		0,1325	
Лук репчатый	0,0096	0,015	
Макаронные изделия	0,008		
Масло растительное	0,002	0,0125	
Морковь	0,01	0,01875	
Рис		0,06375	
Сахар			0,012
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)			0,02
Соль пищевая йодированная	0,0016	0,00375	
Суповой набор	0,04		
Томатная паста		0,00625	
Хлеб пшеничный			0,0301
Хлеб ржаной			

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

Расход по блюдам - Обед

Расход по блюдам - Полдник

Брутто

Брутто

МБОУ Школа г.о.Самара

На 22.04.2024 (понедельник)

МБОУ Школа г.о.Самара

На 22.04.2024 (понедельник)

Наименование	Хлеб ржаной / 1.1 /
Вода кипяченая	
Картфель	
Кислота аскарбиновая	
Кислота лимонная	
Курица	
Лук репчатый	
Макаронные изделия	
Масло растительное	
Морковь	
Рис	
Сахар	
Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм)	
Соль пищевая йодированная	
Суповой набор	
Томатная паста	
Хлеб пшеничный	
Хлеб ржаной	0,035

Наименование	Плошка а, московская / 1.1 /	Напиток из свежих ягод черная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2	
Дрожжи сухие	0,0006	
Кислота лимонная	0,0001	
Масло растительное	0,0057	
Масло сливочное	0,00765	
Молоко	0,02595	
Мука в/с	0,0465	
Сахар	0,01905	0,017
Смесь свежемороженой ягод	0,025	
Соль пищевая йодированная	0,0009	
яйцо	0,45	

Директор (Михалев А. И.)

Зав. производства

Директор (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



Handwritten signature of the Director.

Handwritten signature of the Head of Production.