

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №7

На 22.12.2022 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Огурцы натуральные соленые		30	0,51	3
Жаркое из филе кур		50/125	15,45	244
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	70,00		58,60	433
<b>Обед</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем		250	7,90	90
Гуляш		50	1,45	111
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220
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
Сметана		20	0,70	41
Итого:	90,00		88,27	671
Весь рацион питания:	160,00		146,87	1104

**Для всего меню**

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
36,56	44,13	146,87	0,47	0,20	27,03	120,40	0,00	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
168,57	544,00	112,23	8,12					



Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтамянова В. А.

## Расход по блюдам - Первый завтрак

Брутто

Школа №7

На 22.12.2022 (четверг)

Наименование	Огурцы натуральные / 1.1 /	Жаркое из филе кур / 1.1 /	Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит / 1.1 /	Хлеб пшеничный / 1.1 /
Вода кипяченая			0,168	
Картофель	0,133			
Кислота аскорбиновая			0,00002	
Кислота лимонная			0,0002	
Лук репчатый	0,012			
Масло растительное	0,006			
Огурцы соленые	0,033			
Сахар		0,015		
Соль пищевая йодированная	0,002			
Томат паста	0,0024			
Филе куриное	0,072			
Хлеб пшеничный				0,0309
Яблоки свежие			0,03	

Директор (Михалев А. И.)

Бригадир

Ахтямова В. А.



## Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7

На 22.12.2022 (четверг)

Наименование	Ши из свежей капусты с картофелем / 1.1 /	Гуляш / 1.1 /	Каша перловая рассыпчатая / 1.1 /	Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, а, красная смородина, а, малина, клубника, ежевика, клюква) / 1.1 /
Вода кипяченая	0,2	0,0395		0,2
Говядина				
Капуста белокочанная, свежая	0,0625			
Картофель	0,04			
Кислота лимонная				0,0001
Крупа перловая		0,05		
Лук репчатый	0,012	0,006		
Масло растительное	0,005	0,0025		
Масло сливочное			0,005	
Морковь	0,012			
Мука в/с		0,001		
Петрушка	0,0013			
Сахар				0,017
Смесь свежемороженой ягоды				0,025
Сметана				
Соль пищевая йодированная	0,0008		0,003	
Томат паста	0,001			
Томатная паста		0,004		
Хлеб пшеничный				
Хлеб ржаной				

Директор (Михалев А. И.)

Бригадир

Ахтямова В. А.

## Расход по блюдам - Обед

Брутто

Школа №7

На 22.12.2022 (четверг)

Наименование	Хлеб пшеничн й / 1.1	Хлеб ржаной / 1.1 /	Сметана / 1.1 /
Вода кипяченая			
Говядина			
Капуста белокочанная, свежая			
Картофель			
Кислота лимонная			
Крупа перловая			
Лук репчатый			
Масло растительное			
Масло сливочное			
Морковь			
Мука в/с			
Петрушка			
Сахар			
Смесь свежемороженой ягоды			
Сметана			0,0201
Соль пищевая йодированная			
Томат паста			
Томатная паста			
Хлеб пшеничный		0,0309	
Хлеб ржаной			0,035

Директор

Бригадир

(Михалев А. И.)

Ахтямова В. А.

