

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 23.04.2024 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Пряники		100	68,31	373
Итого:	80,00		131,80	737
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем		200	8,74	77
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Икра морковная		100	0,35	91
Итого:	105,00		113,28	877
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		75	30,69	167
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	35,86		58,57	282
Весь рацион питания:	220,86		303,65	1896

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
59,39	44,02	303,65	0,94	0,67	19,79	120,79	0,29
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
437,81	872,91	289,00	31,47				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

Расход по блюдам - Первый завтрак
 Брутто
 МБОУ Школа г.о. Самара На 23.04.2024 (вторник)

Наименование	Запеканк а рисовая с творогом и повидлом / 1.1 /	Чай с лимоном / 1.1 /	Пряники / 1.1 /
Ванилин	0,000011		
Лимон	0,008		
Масло растительное	0,002222		
Повидло	0,034444		
Пряники			0,1
Рис	0,027778		
Сахар	0,013333	0,01	
Сметана	0,004444		
Сухари пшеничные	0,004444		
Творог	0,077778		
Чай высшего или 1-го сорта яйцо	0,138889	0,002	

Директор (Михалев А. И.)

Зав. производства



Алферова А.

Расход по блюдам - Обед
 Брутто
 МБОУ Школа г.о. Самара На 23.04.2024 (вторник)

Наименование	Борщ со свежей капустой / 1.1 /	Котлеты из говядины с томатным соусом / 1.1 /	Пюре из гороха с маслом / 1.1 /	Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит / 1.1 /
Вода кипяченая	0,16	0,039	0,076	0,168
Говядина				
Горох				
Капуста белокочанная, свежая	0,02			
Картофель	0,0214			
Кислота аскорбиновая				0,00002
Кислота лимонная				0,0002
Лук репчатый	0,0122	0,005		
Масло растительное	0,004	0,003		
Масло сливочное		0,003	0,005	
Морковь	0,01			
Мука в/с		0,004		
Сахар	0,002			0,015
Светла	0,04			
Сметана		0,002		
Соль пищевая йодированная	0,0012	0,002	0,003	
Сухари панировочные		0,005		
Томат паста	0,0024			
Томатная паста		0,002		
Хлеб пшеничный		0,009		
Хлеб ржаной				
Яблоки свежие				0,03

Директор (Михалев А. И.)

Зав. производства



Алферова А.

Расход по блюдам - Обед
Брутто

МБОУ Школа г.о.Самара На 23.04.2024 (вторник)

Наименование	Хлеб пшеничный / я / 1.1	Хлеб ржаной / я / 1.1	Икра морковная / я / 1.1
Вода кипяченая			
Говядина			
Горох			
Капуста белокочанная, свежая			
Картофель			
Кислота аскорбиновая			
Кислота лимонная			
Лук репчатый		0,0208	
Масло растительное		0,0075	
Масло сливочное			
Морковь		0,0942	
Мука в/с			
Сахар		0,0012	
Свекла			
Сметана			
Соль пищевая йодированная		0,0005	
Сухари панировочные			
Томат паста		0,02	
Томатная паста			
Хлеб пшеничный	0,0309		
Хлеб ржаной		0,035	
Яблоки свежие			

Директор (Михалев А. И.)

Зав. производства



Алферова А. .

Расход по блюдам - Полдник
Брутто

МБОУ Школа г.о.Самара На 23.04.2024 (вторник)

Наименование	Пирожок печеный с картофелем / 1.1	Напиток из свежих плодов (+с вит / 1.1 /
Вода кипяченая	0,014964	0,168
Дрожжи сухие	0,001102	
Картофель	0,03023	
Кислота аскорбиновая		0,00002
Кислота лимонная		0,0002
Лук репчатый	0,00682	
Масло растительное	0,002682	
Масло растительное (для смазки)	0,00025	
Мука в/с	0,037178	
Мука на подпыл	0,00174	
Сахар	0,001972	0,015
Соль пищевая йодированная	0,00083	
Яблоки свежие		0,03
Яйца (для смазки)	0,0375	
яйцо	0,058	

Директор (Михалев А. И.)

Зав. производства



Алферова А. .