

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №7

На 24.11.2022 (четверг)



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--------------------------------------|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Салат из редьки с морковью | | 50 | 2,53 | 36 |
| Плов из филе кур | | 50/150 | 26,02 | 322 |
| Чай с сахаром (н) | | 200 | 13,60 | 56 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Итого: | 70,00 | | 66,75 | 532 |
| Обед | | | | |
| Овощи натуральные свежие - огурцы | | 50 | 0,95 | 6 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | | 250 | 7,90 | 90 |
| Бефстроганов | | 50 | 2,56 | 145 |
| Каша ячневая рассыпчатая | | 150 | 32,18 | 219 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 90,00 | | 90,81 | 677 |
| Весь рацион питания: | 160,00 | | 157,56 | 1209 |

| Для всего меню | | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|------|-------------------------|-------|--------|------|---|
| В граммах | | Углеводы | | B1 | B2 | C | A | E |
| Белки | Жиры | 157,56 | 0,38 | 0,39 | 28,58 | 109,76 | 0,00 | |
| 40,19 | 44,95 | | | | | | | |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | | |
| 183,88 | 597,76 | 136,53 | 9,64 | | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.



Школа №7

Брутто
На 24.11.2022 (четверг)

| Наименование | Салат из редьки с морковью / 1.1 / | Плов из филе кур / 1.1 / | Чай с сахаром (н) / 1.1 / | Хлеб пшеничный / |
|----------------------------|------------------------------------|--------------------------|---------------------------|------------------|
| Вода кипяченая | | | 0,15 | |
| Лук репчатый | 0,003 | 0,012 | | |
| Масло растительное | 0,0156 | 0,015 | | |
| Морковь | 0,0457 | | | |
| Редька зеленая | | | | |
| Рис | | | | |
| Сахар | 0,002 | 0,003 | | |
| Соль пищевая йодированная | | 0,006 | | |
| Томат паста | | 0,072 | | |
| Филе куриное | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | | 0,0515 |
| Чай высшего или 1-го сорта | | | 0,0005 | |

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир _____ Калькулятор _____

Ахтямова В. А.



Школа №7

Брутто
На 24.11.2022 (четверг)

| Наименование | Овощи натуральные свежие / 1.1 / | Ши из свежей капусты / ем / 1.1 / | Каша Бефстрог ячневая анов / тая / 1.1 / |
|---|----------------------------------|-----------------------------------|--|
| Вода кипяченая | | 0,2 | |
| Говядина | | | 0,0395 |
| Капуста белокочанная, свежая | | 0,0625 | |
| Картофель | | 0,04 | |
| Кислота аскорбиновая | | | |
| Кислота лимонная | | | |
| Крупа ячневая 0.65 | | | 0,05 |
| Лук репчатый | | 0,012 | 0,0145 |
| Масло растительное | | 0,005 | 0,0035 |
| Масло сливочное | | | 0,005 |
| Морковь | | 0,012 | |
| Мука в/с | | | 0,002 |
| Огурцы свежие | | 0,0526 | |
| Петрушка | | 0,0013 | |
| Сахар | | | |
| Смесь сухофруктов (яблоки, груши, черносслив, урюк, курага, изюм) | | | |
| Сметана | | | 0,0115 |
| Соль пищевая йодированная | | 0,0008 | 0,002 |
| Томат паста | | 0,001 | 0,003 |
| Хлеб пшеничный | | | |
| Хлеб ржаной | | | |

Директор _____ (Михалев А. И.)

Бригадир _____ Калькулятор _____

Ахтямова В. А.



Расход по блюдам - Обед
 Брутто
 На 24.11.2022 (четверг)

Школа №7

| Наименование | Напиток | |
|--|----------|--------|
| | из смеси | Хлеб |
| Вода кипяченая | 0,2 | |
| Товядина | | |
| Капуста белокочанная, свежая | | |
| Картофель | | |
| Кислота аскорбиновая | 0,00001 | |
| Кислота лимонная | 0,0002 | |
| Крупа ячневая | 0,65 | |
| Лук репчатый | | |
| Масло растительное | | |
| Масло сливочное | | |
| Морковь | | |
| Мука в/с | | |
| Огурцы свежие | | |
| Петрушка | | |
| Сахар | 0,012 | |
| Смесь сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм) | 0,02 | |
| Сметана | | |
| Соль пищевая йодированная | | |
| Томат паста | | |
| Хлеб пшеничный | | 0,0309 |
| Хлеб ржаной | | 0,035 |

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

