

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7"

Клочкова С.Н.

"03" 03

2022г.

Меню

4 день 2 неделя Четверг

УТВЕРЖДЕНО
Управляющий
"ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2022г.



3 марта

7-10 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак [517]								
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	16,07
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	9,00
ТТК	Напиток из чая и смородины	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	9,78
ТТК	Бутерброд с сыром	27/13	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	12,39
	Итого за прием		33,78	22,82	8,61	2,98	71,47	503,14	47,24
	Обед [740]								
ТТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	18,29
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	32,48
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,30
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	9,02
ТТК	Хлеб ржаной	34	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,36
ТТК	Яблоко свежее	195	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	23,50
	Итого за прием		25,47	16,26	41,28	12,96	81,65	803,39	103,95
	Итого за день		59,24	39,07	49,88	15,94	153,11	1306,53	151,19
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		

11-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак [517]								
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	16,07
ТТК	Пряник	50	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	9,00
ТТК	Напиток из чая и смородины	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	9,78
ТТК	Бутерброд с сыром	27/13	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	12,39
	Итого за прием		33,78	22,82	8,61	2,98	71,47	503,14	47,24
	Обед [740]								
ТТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	18,29
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	32,48
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,30
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	9,02
ТТК	Хлеб ржаной	34	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,36
ТТК	Яблоко свежее	195	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	23,50
	Итого за прием		25,47	16,26	41,28	12,96	81,65	803,39	103,95
	Итого за день		59,24	39,07	49,88	15,94	153,11	1306,53	151,19
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		