

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7" ГБОУ СО
"Екатеринбургская
школа №7" Ключкова С.Н.
2022г.

УТВЕРЖДЕНО
Управляющий
"ОЛЕС"
Васьков Е.Л.
2022г.

Меню

1 день 2 неделя Понедельник

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 [480]								
ТТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	38,25
ТТК	Чай с лимоном	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	5,80
ТТК	Батон витаминизированный	32	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,19
	Итого за прием		13,70	6,84	13,97	1,21	61,41	428,68	47,24
	Обед [750]								
ТТК	Суп картофельный с крупой	250	5,25	0,00	5,15	5,85	18,51	142,83	12,66
ТТК	Котлета Пожарская	100,00	12,44	12,15	13,63	4,93	6,39	198,52	58,42
ТТК	Капуста тушеная	150	3,33	0,00	4,80	5,46	13,59	110,36	23,35
ТТК	Напиток из клубники 50	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	7,97
ТТК	Хлеб ржаной	23,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,55
			0,00	0,00	0,00	0,00	9,02	32,00	
	Итого за прием		24,98	12,15	24,14	16,79	69,65	599,13	103,95
	Итого за день		38,68	18,99	38,11	18,00	131,06	1027,82	151,19
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		51,00		

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 [480]								
ТТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	38,25
ТТК	Чай с лимоном	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	5,80
ТТК	Батон витаминизированный	32	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,19
	Итого за прием		13,70	6,84	13,97	1,21	61,41	428,68	47,24
	Обед [750]								
ТТК	Суп картофельный с крупой	250	5,25	0,00	5,15	5,85	18,51	142,83	12,66
ТТК	Котлета Пожарская	100,00	12,44	12,15	13,63	4,93	6,39	198,52	58,42
ТТК	Капуста тушеная	150	3,33	0,00	4,80	5,46	13,59	110,36	23,35
ТТК	Напиток из клубники 50	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	7,97
ТТК	Хлеб ржаной	23,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,55
			0,00	0,00	0,00	0,00	9,02	32,00	
	Итого за прием		24,98	12,15	24,14	16,79	69,65	599,13	103,95
	Итого за день		38,68	18,99	38,11	18,00	131,06	1027,82	151,19
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		51,00		