

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

Меню
4 день 2 неделя Четверг

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



7 апреля

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	17,87
ТТК	Вафли	35	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	11,25
ТТК	Бутерброд с сыром	15/10	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	9,12
	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	19,88
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	33,30
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,30
ТТК	Напиток из шиповника 50	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	7,76
ТТК	Хлеб ржаной	31	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,36
ТТК	Шоколад Аленка	20	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	22,35
	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	17,87
ТТК	Кондитерское изделие	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	11,25
ТТК	Бутерброд с сыром	15/10	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	9,12
	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	19,88
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	33,30
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,30
ТТК	Напиток из шиповника 50	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	7,76
ТТК	Хлеб ржаной	31	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,36
ТТК	Шоколад Аленка	20	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	22,35
	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		