

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

Меню  
3 день 1 неделя Среда

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

7-10 лет

13 апреля

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	<b>Завтрак [437]</b>								
ТТК	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком	130/20	27,45	25,93	19,08	0,19	33,58	417,54	40,81
ТТК	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	4,47
ТТК	Батон витаминизированный	17	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	1,96
ТТК	<b>Итого за прием</b>		31,82	25,93	19,72	0,86	71,49	594,25	<b>47,24</b>
	<b>Обед [740]</b>								
ТТК	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	1,93	0,25	6,33	5,20	8,43	99,05	20,74
ТТК	Бигус с курицей с куркумой	200	17,56	18,07	6,01	0,24	4,61	143,04	70,39
ТТК	Напиток из смородины	200	0,00	0,00	0,00	0,00	20,93	85,81	9,31
ТТК	Хлеб ржаной	46	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,51
	<b>Итого за прием</b>		27,12	18,35	17,67	6,51	95,11	657,80	<b>103,95</b>
	<b>Итого за день</b>		58,94	44,28	37,39	7,37	166,60	1252,05	<b>151,19</b>
	Содержание, % от калорийности		19,00		27,00		53,00		

10-18 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.			
	<b>Завтрак [437]</b>								
ТТК	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком	130/20	27,45	25,93	19,08	0,19	33,58	417,54	40,81
ТТК	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	4,47
ТТК	Батон витаминизированный	17	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	1,96
ТТК	<b>Итого за прием</b>		31,82	25,93	19,72	0,86	71,49	594,25	<b>47,24</b>
	<b>Обед [740]</b>								
ТТК	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	1,93	0,25	6,33	5,20	8,43	99,05	20,74
ТТК	Бигус с курицей с куркумой	200	17,56	18,07	6,01	0,24	4,61	143,04	70,39
ТТК	Напиток из смородины	200	0,00	0,00	0,00	0,00	20,93	85,81	9,31
ТТК	Хлеб ржаной	46	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,51
	<b>Итого за прием</b>		27,12	18,35	17,67	6,51	95,11	657,80	<b>103,95</b>
	<b>Итого за день</b>		58,94	44,28	37,39	7,37	166,60	1252,05	<b>151,19</b>
	Содержание, % от калорийности		19,00		27,00		53,00		