

СОГЛАСОВАНО Директор  
ГКОУ СО "Екатеринбургская  
школа №7"

Клочкова С.Н.

2022г.

Меню

1 день 2 неделя Понедельник

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий

000

"ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2022г.

7-10 лет

18 апреля

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевो- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	<b>Завтрак [480]</b>								
ТТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	38,16
ТТК	Чай с лимоном	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	5,53
ТТК	Батон витаминизированный	32	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,55
	<b>Итого за прием</b>		13,70	6,84	13,97	1,21	61,41	428,68	<b>47,24</b>
	<b>Обед [750]</b>								
ТТК	Суп картофельный с крупой	250	5,25	0,00	5,15	5,85	18,51	142,83	13,82
ТТК	Котлета Пожарская	100,00	12,44	12,15	13,63	4,93	6,39	198,52	56,28
ТТК	Капуста тушеная	150	3,33	0,00	4,80	5,46	13,59	110,36	25,00
ТТК	Напиток из клубники 50	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	7,35
ТТК	Хлеб ржаной	19,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,50
			0,00	0,00	0,00	0,00	9,02	32,00	
	<b>Итого за прием</b>		24,98	12,15	24,14	16,79	69,65	599,13	<b>103,95</b>
	<b>Итого за день</b>		38,68	18,99	38,11	18,00	131,06	1027,82	<b>151,19</b>
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		51,00		

11-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевो- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	<b>Завтрак [480]</b>								
ТТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	38,16
ТТК	Чай с лимоном	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	5,53
ТТК	Батон витаминизированный	32	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,55
	<b>Итого за прием</b>		13,70	6,84	13,97	1,21	61,41	428,68	<b>47,24</b>
	<b>Обед [750]</b>								
ТТК	Суп картофельный с крупой	250	5,25	0,00	5,15	5,85	18,51	142,83	13,82
ТТК	Котлета Пожарская	100,00	12,44	12,15	13,63	4,93	6,39	198,52	56,28
ТТК	Капуста тушеная	150	3,33	0,00	4,80	5,46	13,59	110,36	25,00
ТТК	Напиток из клубники 50	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	7,35
ТТК	Хлеб ржаной	19,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,50
			0,00	0,00	0,00	0,00	9,02	32,00	
	<b>Итого за прием</b>		24,98	12,15	24,14	16,79	69,65	599,13	<b>103,95</b>
	<b>Итого за день</b>		38,68	18,99	38,11	18,00	131,06	1027,82	<b>151,19</b>
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		51,00		