

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

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

Меню
1 день 2 неделя Понедельник

16 мая

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]								
ГТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	38,16
ГТК	Чай с лимоном	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	5,53
ГТК	Батон витаминизированный	32	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,55
	Итого за прием		13,70	6,84	13,97	1,21	61,41	428,68	47,24
	Обед [750]								
ГТК	Суп картофельный с крупой	250	5,25	0,00	5,15	5,85	18,51	142,83	13,82
ГТК	Котлета Пожарская	100,00	12,44	12,15	13,63	4,93	6,39	198,52	56,28
ГТК	Капуста тушеная	150	3,33	0,00	4,80	5,46	13,59	110,36	25,00
ГТК	Напиток из клубники 50	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	7,35
ГТК	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	
	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]								
ГТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	38,16
ГТК	Чай с лимоном	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	5,53
ГТК	Батон витаминизированный	32	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	3,55
	Итого за прием		13,70	6,84	13,97	1,21	61,41	428,68	47,24
	Обед [750]								
ГТК	Суп картофельный с крупой	250	5,25	0,00	5,15	5,85	18,51	142,83	13,82
ГТК	Котлета Пожарская	100,00	12,44	12,15	13,63	4,93	6,39	198,52	56,28
ГТК	Капуста тушеная	150	3,33	0,00	4,80	5,46	13,59	110,36	25,00
ГТК	Напиток из клубники 50	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	7,35
ГТК	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	
	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		