

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

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

Меню
4 день 2 неделя Четверг

19 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 [517]								
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	16,98
ТТК	Штрейзель ягодный	45	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	10,15
ТТК	Чай с клубникой	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	9,28
ТТК	Бутерброд с сыром	30/10	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	10,83
	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	21,28
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	33,75
ТТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	23,79
ТТК	Напиток из шиповника 50	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	6,25
ТТК	Хлеб ржаной	31	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,36
ТТК	Фрукт свежий	110	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	16,52
	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	16,98
ТТК	Штрейзель ягодный	45	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	10,15
ТТК	Напиток из лимонов	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	9,28
ТТК	Бутерброд с сыром	30/10	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	10,83
	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	21,28
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	90/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	33,75
ТТК	Пюре картофельное	180	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	23,79
ТТК	Напиток из шиповника 50	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	6,25
ТТК	Хлеб ржаной	31	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	2,36
ТТК	Фрукт свежий	110	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	16,52
	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		