

СОГЛАСОВАНО Директор
ГКОУ СО "Екатеринбургская
школа №7"

Клочкова С.Н. " "

2022г.

Меню

1 день 2 недели Понедельник

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий

"ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2022г.



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]								
ТТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	37,69
ТТК	Напиток кофейный 20	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	6,00
ТТК	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]								
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	Чай с лимоном	200/5	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	5,16
ТТК	Хлеб	33,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,69
			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]								
ТТК	Макароны запеченные с сыром	180	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,79	37,69
ТТК	Напиток кофейный на молоке 20	200/5	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,54	6,00
ТТК	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]								
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	Чай с лимоном	200/5	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	5,16
ТТК	Хлеб	19,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	3,69
			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		