

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО  
«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. « 05 » 09 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

ИП Сыропятова А.С.

Сыропятова  
Альфира  
Сахиевна  
« 05 » 09 2022 г.

Меню

2 неделя 1 день

Понедельник

5 сентября

2022 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
132	Омлет натуральный с маслом	150	13,43	20,82	3,51	255,09	29,23
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	7,15
	Батон витаминизированный	30	2,25	0,78	15,18	75,30	1,80
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,40	45,00	7,81
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>21,45</b>	<b>26,13</b>	<b>64,64</b>	<b>577,31</b>	<b>47,24</b>
	<b>Обед</b>						
	Икра кабачковая п/п	60	0,82	3,14	4,42	47,19	6,51
51	Суп крестьянский со сметаной	200	1,85	6,19	12,34	112,47	17,28
208	Кнели куриные с рисом	90	15,34	17,41	7,09	246,38	42,37
227	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10	15,75
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	18,00
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,40	42,00	1,25
	<b>Итого за прием</b>	<b>740</b>	<b>26,73</b>	<b>32,44</b>	<b>100,58</b>	<b>797,14</b>	<b>102,41</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1240</b>	<b>48,18</b>	<b>58,57</b>	<b>165,22</b>	<b>1374,45</b>	<b>149,65</b>

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
132	Омлет натуральный с маслом	200	17,91	27,75	4,68	340,12	32,33
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	7,15
	Батон витаминизированный	30	2,25	0,78	15,18	75,30	1,80
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,40	45,00	7,81
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>25,93</b>	<b>33,06</b>	<b>65,81</b>	<b>662,34</b>	<b>50,34</b>
	<b>Обед</b>						
	Икра кабачковая п/п	100	1,37	5,23	7,36	78,65	7,80
51	Суп крестьянский со сметаной	250	2,31	7,74	15,43	140,59	18,30
208	Кнели куриные с рисом	100	17,04	19,35	7,88	273,76	43,77
227	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	18,86
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	18,00
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,40	42,00	1,25
	<b>Итого за прием</b>	<b>870</b>	<b>30,54</b>	<b>39,07</b>	<b>114,46</b>	<b>926,31</b>	<b>109,23</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1420</b>	<b>56,47</b>	<b>72,13</b>	<b>180,27</b>	<b>1588,65</b>	<b>159,57</b>