

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «15» 09 2022 г.



ГБОУ СО
«Екатеринбургская
школа № 7»
Меню

1 неделя 4 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«15» 09 2022 г.



Четверг

15 сентября

2022 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|--------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 53 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,58 | 6,12 | 19,73 | 156,08 | 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 |
| | Итого за прием | 550 | 13,60 | 11,43 | 80,86 | 478,30 | 47,24 |
| | Обед | | | | | | |
| 45 | Суп с зеленым горошком | 200 | 1,87 | 3,11 | 10,89 | 79,03 | 17,82 |
| 217 | Фрикадельки куриные | 90 | 13,85 | 17,84 | 7,76 | 247,48 | 48,34 |
| 92 | Рагу из овощей | 180 | 3,30 | 10,14 | 20,27 | 185,39 | 26,64 |
| 274 | Кисель п/ягодный | 200 | 1,36 | 0 | 29,02 | 116,19 | 7,11 |
| | 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 |
| | Итого за прием | 710 | 23,58 | 31,49 | 86,94 | 718,09 | 102,41 |
| | Итого за день | 1260 | 37,18 | 42,92 | 167,80 | 1196,39 | 149,65 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|--------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 53 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 6,98 | 7,65 | 24,66 | 195,10 | 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 |
| | Итого за прием | 600 | 15 | 12,96 | 85,79 | 517,32 | 50,34 |
| | Обед | | | | | | |
| 45 | Суп с зеленым горошком | 250 | 2,34 | 3,89 | 13,61 | 98,79 | 19,82 |
| 217 | Фрикадельки куриные | 100 | 15,39 | 19,83 | 8,63 | 274,97 | 51,20 |
| 92 | Рагу из овощей | 200 | 3,63 | 14,51 | 22,02 | 233,16 | 28,30 |
| 274 | Кисель п/ягодный | 200 | 1,36 | 0 | 29,02 | 116,19 | 7,11 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 2,00 | 0,25 | 12,00 | 48,00 | 1,40 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 0,25 | 11,75 | 42,00 | 1,40 |
| | Итого за прием | 800 | 26,72 | 38,73 | 97,03 | 813,11 | 109,23 |
| | Итого за день | 1400 | 41,72 | 51,69 | 182,82 | 1330,43 | 159,57 |