

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО
«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «22» 09 2022 г.

Меню

2 неделя 4 день Четверг 22 сентября 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропята А.С.

22 «09»



7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
365	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,80	0,15	99,00	9,88
104	Каша гречневая молочная с маслом	200/5	7,94	8,21	35,13	246,17	26,99
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16	5,52
	Батон витаминизированный	60	4,50	1,44	30,36	150,60	3,60
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Итого за прием	500	14,19	20,65	90,28	603,93	47,24
	Обед						
47	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,26	2,29	17,41	99,27	15,48
201	Тефтели из говядины паровые	90	15,42	17,52	10,49	261,40	52,61
235	Капуста тушеная	180	4,72	5,81	24,21	156,89	24,11
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	26,96	26,02	100,13	723,75	102,41
	Итого за день	1210	41,15	46,67	190,41	1327,68	149,65

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
365	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,80	0,15	99,00	9,88
104	Каша гречневая молочная с маслом	250/5	9,88	10,21	43,70	306,21	30,09
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16	5,52
	Батон витаминизированный	60	4,50	1,44	30,36	150,60	3,60
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Итого за прием	550	16,13	22,65	98,85	663,97	50,34
	Обед						
47	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09	17,78
201	Тефтели из говядины паровые	100	17,13	19,47	11,65	290,44	54,82
235	Капуста тушеная	200	5,24	6,46	26,90	174,32	26,72
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	30,56	29,29	113,08	795,04	109,23
	Итого за день	1350	46,69	51,94	211,93	1459,01	159,57