



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «03» 10 2022 г.

Меню

2 неделя 1 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропотова А.С.

СЫРОПОТОВА
АЛЬФИРА
САХИЕВНА

«03» 10 2022 г.

Понедельник

3 октября

2022 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
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
	Итого за прием	500	21,45	26,13	64,64	577,31	47,24
	Обед						
	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
	Итого за прием	740	26,73	32,44	100,58	797,14	102,41
	Итого за день	1240	48,18	58,57	165,22	1374,45	149,65

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
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
	Итого за прием	550	25,93	33,06	65,81	662,34	50,34
	Обед						
	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
	Итого за прием	870	30,54	39,07	114,46	926,31	109,23
	Итого за день	1420	56,47	72,13	180,27	1588,65	159,57