

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО
«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. « 11 » 10 2022 г.

Меню

1 неделя 2 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

Сыропятова А.С. « 11 » 10 2022 г.



Вторник

11 Октябре

2022 г.

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
115	Каша ячневая с маслом	200/5	7,23	6,67	39,54	246,87	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	13,48	19,11	94,69	604,63	47,24
	Обед						
59/ 75	Суп-пюре из разных овощей с гречками	200/20	2,30	4,23	32,43	190,37	22,82
184	Зразы из говядины паровые	90	10,31	12,71	11,89	203,11	53,85
227	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10	15,75
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	21,01	46,87	7,49
	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	700	22,01	22,64	119,66	741,45	102,41
	Итого за день	1200	35,49	41,75	214,35	1346,08	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
115	Каша ячневая с маслом	250/5	8,99	8,30	49,18	307,08	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	15,24	20,74	104,33	664,84	50,34
	Обед						
59/ 75	Суп-пюре из разных овощей с гречками	250/30	3,10	5,42	36,51	220,75	24,52
184	Зразы из говядины паровые	100	11,45	14,12	13,21	225,68	55,86
227	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	18,86
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	21,01	46,87	7,49
	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	800	25,05	26,29	132,12	836,61	109,23
	Итого за день	1350	40,29	47,03	236,45	1501,45	159,57