



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «13» 10 2022 г.

Меню

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

Сыропятава «13» 10 2022 г.



1 неделя 4 день

Четверг 13 октября

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