

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «10» 11 2022 г.

Меню

2 неделя 4 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«10» 11 2022 г.



Четверг

10 ноября

2022 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за прием</b>	500	14,19	20,65	90,28	603,93	<b>47,24</b>
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за прием</b>	710	26,96	26,02	100,13	723,75	<b>102,41</b>
	<b>Итого за день</b>	1210	41,15	46,67	190,41	1327,68	<b>149,65</b>

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за прием</b>	550	16,13	22,65	98,85	663,97	<b>50,34</b>
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за прием</b>	800	30,56	29,29	113,08	795,04	<b>109,23</b>
	<b>Итого за день</b>	1350	46,69	51,94	211,93	1459,01	<b>159,57</b>