

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. « 25 » 11 2022 г.

Меню

2 неделя 5 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.



Ветомашкина Л.В.

Пятница

25 ноября

2022 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|--|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 108 | Каша пшеничная с маслом | 200/5 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | 26,40 |
| 294 | Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 | 6,55 |
| | 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 |
| | Кондитерское изделие в инд.упаковке | 45 | 2,40 | 8,00 | 20,00 | 160,00 | 11,24 |
| | Итого за прием | 500 | 13,76 | 17,06 | 95,37 | 588,84 | 47,24 |
| | Обед | | | | | | |
| 246 | Овощи свежие | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,98 | 9,00 | 6,97 |
| 37 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200 | 1,52 | 5,33 | 8,65 | 88,89 | 19,87 |
| 214 | Рагу из птицы с картофелем | 240 | 21,09 | 26,87 | 24,96 | 423,20 | 65,72 |
| 282 | Компот из свежих фруктов с витамином С | 200 | 0,16 | 0 | 14,99 | 60,64 | 7,35 |
| | 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 | 26,45 | 32,66 | 69,58 | 671,73 | 102,41 |
| | Итого за день | 1240 | 40,21 | 49,72 | 164,95 | 1260,57 | 149,65 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|--|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 108 | Каша пшеничная с маслом | 250/5 | 9,25 | 10,04 | 43,88 | 303,41 | 29,50 |
| 294 | Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 | 6,55 |
| | 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 |
| | Кондитерское изделие в инд.упаковке | 45 | 2,40 | 8,00 | 20,00 | 160,00 | 11,24 |
| | Итого за прием | 550 | 15,57 | 19,03 | 103,97 | 648,33 | 50,34 |
| | Обед | | | | | | |
| 246 | Овощи свежие | 100 | 0,80 | 0,01 | 3,30 | 14,00 | 8,98 |
| 37 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 1,90 | 6,66 | 10,81 | 111,11 | 22,13 |
| 214 | Рагу из птицы с картофелем | 280 | 24,61 | 31,34 | 29,12 | 493,73 | 68,27 |
| 282 | Компот из свежих фруктов с витамином С | 200 | 0,16 | 0 | 14,99 | 60,64 | 7,35 |
| | 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 | 30,67 | 38,41 | 77,22 | 769,48 | 109,23 |
| | Итого за день | 1420 | 46,24 | 57,44 | 181,19 | 1417,81 | 159,57 |