

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «16» 01 2023 г.

Меню

1 неделя 1 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

Сыропятова
«16» 01 2023 г.

Понедельник 16 января

2023 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
102	Каша "Дружба" с маслом	200/5	6,55	8,33	35,09	241,11	32,15
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	12,80	20,77	90,24	598,87	52,40
	Обед						
247	Овощи соленые	60	0,48	0,06	1,38	7,80	8,35
51	Суп крестьянский со сметаной	200	1,85	6,19	12,34	112,47	21,73
201	Тефтели из говядины паровые	90	15,42	17,52	10,49	261,40	57,50
227	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10	19,80
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	26,63	29,47	93,53	743,41	117,23
	Итого за день	1240	39,43	50,24	183,77	1342,28	169,63

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
102	Каша "Дружба" с маслом	250/5	8,15	10,36	43,65	299,92	36,15
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	14,40	22,80	98,80	657,68	56,40
	Обед						
247	Овощи соленые	100	0,80	0,10	2,30	13,00	10,20
51	Суп крестьянский со сметаной	250	2,31	7,74	15,43	140,59	23,18
201	Тефтели из говядины паровые	100	17,13	19,47	11,65	290,44	60,30
227	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	21,50
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	30,22	34,06	105,76	847,98	125,03
	Итого за день	1420	44,62	56,86	204,56	1505,66	181,43