

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. « 01 » 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

« 14 » 2023 г.

Меню

1 неделя 2 день

Вторник

14 января

2023 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
132	Омлет натуральный с маслом	150	13,43	20,82	3,51	255,09	34,20
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
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,40	45,00	8,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>17,75</b>	<b>22,21</b>	<b>54,00</b>	<b>485,01</b>	<b>52,40</b>
	<b>Обед</b>						
72	Суп картофельный с рыбными консервами	200	5,30	6,65	17,02	147,58	19,35
208	Кнели куриные	90	15,34	17,41	7,09	246,38	50,74
92	Рагу из овощей	180	3,30	10,14	20,27	185,39	26,64
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	18,00
	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>	<b>710</b>	<b>27,14</b>	<b>34,60</b>	<b>85,78</b>	<b>759,35</b>	<b>117,23</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1210</b>	<b>44,89</b>	<b>56,81</b>	<b>139,78</b>	<b>1244,36</b>	<b>169,63</b>

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
132	Омлет натуральный с маслом	200	17,91	27,75	4,68	340,12	38,20
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
89	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,40	45,00	8,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>22,23</b>	<b>29,14</b>	<b>55,17</b>	<b>570,04</b>	<b>56,40</b>
	<b>Обед</b>						
72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	6,62	8,31	21,28	184,48	22,08
208	Кнели куриные	100	17,04	19,35	7,88	273,76	53,85
92	Рагу из овощей	200	3,63	14,51	22,02	233,16	28,30
	Сок в инд.упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	18,00
	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>	<b>800</b>	<b>31,29</b>	<b>42,67</b>	<b>97,33</b>	<b>871,40</b>	<b>125,03</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1350</b>	<b>53,52</b>	<b>71,81</b>	<b>152,50</b>	<b>1441,44</b>	<b>181,43</b>