

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. « 01 » 2023 г.

Меню

1 неделя 5 день

Пятница

20 января

2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

Сыропятова Альфира Сахиевна



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	27,40
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	9,15
	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
	Кондитерское изделие в инд.упаковке	45	2,16	4,68	20,52	133,20	12,80
	Итого за прием	500	17,22	17,66	106,53	654,34	52,40
	Обед						
246/75	Суп-пюре из бобовых с гречками	200/20	3,22	0,78	31,64	165,57	29,48
211	Плов из отварной курицы	240	19,66	31,77	28,34	374,40	78,14
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	700	27,44	32,95	108,00	746,16	117,23
	Итого за день	1200	44,66	50,61	214,53	1400,50	169,63

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	31,40
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	9,15
	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
	Кондитерское изделие в инд.упаковке	45	2,16	4,68	20,52	133,20	12,80
	Итого за прием	550	19,03	19,63	115,13	713,83	56,40
	Обед						
246/75	Суп-пюре из бобовых с гречками	250/30	6,57	0,92	35,48	188,35	32,30
211	Плов из отварной курицы	280	22,93	37,06	33,06	436,80	83,12
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	800	34,06	38,38	116,56	831,34	125,03
	Итого за день	1350	53,09	58,01	231,69	1545,17	181,43