

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО
«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «25» 01 2023 г.

Меню
2 неделя 1 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«23» 01 2023 г.

Понедельник 23 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
104	Каша гречневая молочная с маслом	200/5	7,94	8,21	35,13	246,17	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	14,19	20,65	90,28	603,93	52,40
	Обед						
	Икра кабачковая п/п	60	0,82	3,14	4,42	47,19	9,78
63	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,67	5,06	8,51	86,26	22,45
217	Фрикадельки куриные	90	13,85	17,84	7,76	247,48	55,35
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	25,22	31,74	90,01	742,67	117,23
	Итого за день	1240	39,41	52,39	180,29	1346,60	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
104	Каша гречневая молочная с маслом	250/5	9,88	10,21	43,70	306,21	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	16,13	22,65	98,85	663,97	56,40
	Обед						
	Икра кабачковая п/п	100	1,37	5,23	7,36	78,65	11,85
63	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,09	6,33	10,64	107,83	24,70
217	Фрикадельки куриные	100	15,39	19,83	8,63	274,97	57,13
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	28,83	38,14	103,01	865,40	125,03
	Итого за день	1420	44,96	60,79	201,86	1529,37	181,43