

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. Клочкова С.Н. « 13 » 03 2023 г.

Меню

1 неделя 1 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

С.С. « 13 » 03 2023 г.



Понедельник

13 марта

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 |