



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «29» 03 2023 г.

Меню

2 неделя 3 день

Среда

29 марта

2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропотова А.С.

«29» 03 2023 г.



7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
366	Сыр порционный	15	3,48	4,43	0	54,60	10,34
112	Каша пшеничная с маслом	200/5	6,04	7,27	34,29	227,16	28,96
287	Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	89,32	8,25
	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	17,02	14,94	91,60	569,68	52,40
Обед							
59/75	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/20	2,30	4,23	32,43	190,37	26,30
161	Биточки рыбные	90	11,88	8,04	7,68	157,08	49,23
225	Рис припущенный	150	3,72	5,45	37,77	215,06	21,20
	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
	Итого за прием	700	21,10	18,12	119,28	742,51	117,23
	Итого за день	1200	38,12	33,06	210,88	1312,19	169,63

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
366	Сыр порционный	15	3,48	4,43	0	54,60	10,34
112	Каша пшеничная с маслом	250/5	7,51	9,04	42,65	282,56	32,96
287	Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	89,32	8,25
	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	18,49	16,71	99,96	625,08	56,40
Обед							
59/75	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/30	3,10	5,42	36,51	220,75	28,75
161	Биточки рыбные	100	13,20	8,93	8,53	174,53	52,63
225	Рис припущенный	180	4,46	6,53	45,32	258,07	23,15
	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
	Итого за прием	800	23,96	21,28	131,76	833,35	125,03
	Итого за день	1350	42,45	37,99	231,72	1458,43	181,43