



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «14» 09 2023 г.

Меню

2 неделя 4 день



УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«14» 09 2023 г.

Четверг

14 сентября

2023 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|--------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 53 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,58 | 6,12 | 19,73 | 156,08 | 31,60 |
| 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 |
| 89 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,00 | 8,60 |
| | Итого за прием | 550 | 13,60 | 11,43 | 80,86 | 478,30 | 52,40 |
| | Обед | | | | | | |
| 45 | Суп с зеленым горошком | 200 | 1,87 | 3,11 | 10,89 | 79,03 | 23,69 |
| 210 | Курица в соусе с томатом | 70/50 | 18,80 | 23,40 | 4,90 | 305,20 | 56,45 |
| 219 | Греча рассыпчатая | 150 | 8,73 | 5,43 | 45,00 | 263,81 | 25,20 |
| 289 | Напиток из шиповника | 200 | 0,68 | 0,00 | 21,01 | 46,87 | 9,39 |
| | 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 | 710 | 33,28 | 32,34 | 100,80 | 784,91 | 117,23 |
| | Итого за день | 1260 | 46,88 | 43,77 | 181,66 | 1263,21 | 169,63 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|--------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 53 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 6,98 | 7,65 | 24,66 | 195,10 | 35,60 |
| 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 |
| 89 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,00 | 8,60 |
| | Итого за прием | 600 | 15,00 | 12,96 | 85,79 | 517,32 | 56,40 |
| | Обед | | | | | | |
| 45 | Суп с зеленым горошком | 250 | 2,34 | 3,89 | 13,61 | 98,79 | 25,49 |
| 210 | Курица в соусе с томатом | 80/50 | 20,40 | 25,40 | 5,30 | 330,60 | 59,80 |
| 219 | Греча рассыпчатая | 180 | 10,48 | 6,52 | 54,00 | 316,57 | 27,85 |
| 289 | Напиток из шиповника | 200 | 0,68 | 0,00 | 21,01 | 46,87 | 9,39 |
| | 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 | 37,10 | 36,21 | 112,92 | 882,83 | 125,03 |
| | Итого за день | 1400 | 52,10 | 49,17 | 198,71 | 1400,15 | 181,43 |