



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «*ли*» 09 2023 г.

Меню

1 неделя 5 день



УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«*ли*» 09 2023 г.

Пятница

*22 сентября*

2023 г.

7-11 лет

| №<br>р     | Наименование блюда                  | Выход, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|------------|-------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
|            |                                     |          | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |               |
|            | <b>Завтрак</b>                      |          |                  |       |          |             |               |
| 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         |
|            | <b>Итого за прием</b>               | 500      | 17,22            | 17,66 | 106,53   | 654,34      | <b>52,40</b>  |
|            | <b>Обед</b>                         |          |                  |       |          |             |               |
| 246<br>/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          |
|            | <b>Итого за прием</b>               | 700      | 27,44            | 32,95 | 108,00   | 746,16      | <b>117,23</b> |
|            | <b>Итого за день</b>                | 1200     | 44,66            | 50,61 | 214,53   | 1400,50     | <b>169,63</b> |

12 лет и старше

| №<br>р     | Наименование блюда                  | Выход, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|------------|-------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
|            |                                     |          | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |               |
|            | <b>Завтрак</b>                      |          |                  |       |          |             |               |
| 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         |
|            | <b>Итого за прием</b>               | 550      | 19,03            | 19,63 | 115,13   | 713,83      | <b>56,40</b>  |
|            | <b>Обед</b>                         |          |                  |       |          |             |               |
| 246<br>/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          |
|            | <b>Итого за прием</b>               | 800      | 34,06            | 38,38 | 116,56   | 851,34      | <b>125,03</b> |
|            | <b>Итого за день</b>                | 1350     | 53,09            | 58,01 | 231,69   | 1545,17     | <b>181,43</b> |