



**СОГЛАСОВАНО:**

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «20» 10 2023 г.

Меню

1 неделя 5 день

**УТВЕРЖДЕНО:**

ИП Сыропятова А.С.

Сыропятова А.С. Ибра Сахиевна  
«20» 10 2023 г.



Пятница

20 октября

2023 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, 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	Овощи свежие	60	0,48	0,06	1,98	8,40	6,97
45	Суп с зеленым горошком	200	1,87	3,11	10,89	79,03	22,51
211	Плов из отварной курицы	240	19,66	31,77	28,34	374,40	78,14
282	Компот из свежих фруктов с витамином С	200	0,16	0	14,99	60,64	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>	740	25,37	35,34	75,20	612,47	<b>117,23</b>
	<b>Итого за день</b>	1240	42,59	53,00	181,73	1266,81	<b>169,63</b>

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, 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	Овощи свежие	100	0,80	0,01	3,30	14,00	8,98
45	Суп с зеленым горошком	250	2,34	3,89	13,61	98,79	23,32
211	Плов из отварной курицы	280	22,93	37,06	33,06	436,80	83,12
282	Компот из свежих фруктов с витамином С	200	0,16	0	14,99	60,64	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>	870	29,43	41,36	83,96	700,23	<b>125,03</b>
	<b>Итого за день</b>	1420	48,46	60,99	199,09	1414,06	<b>181,43</b>