

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «07» 12 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«07» 12 2023 г.

Меню

2 недели 4 день

Четверг

7 декабря

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						
246 /75	Суп-пюре из бобовых с гречками	200/20	3,22	0,78	31,64	165,57	29,48
210	Греча по-купечески с курицей	240	19,20	6,00	32,88	447,23	75,86
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	700	26,30	7,18	104,53	749,67	117,23
	Итого за день	1250	39,90	18,61	185,39	1227,97	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						
246 /75	Суп-пюре из бобовых с гречками	250/30	6,57	0,92	35,48	188,35	32,30
210	Греча по-купечески с курицей	280	22,40	7,00	38,36	521,77	80,84
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	32,85	8,32	113,85	846,99	125,03
	Итого за день	1400	47,85	21,28	199,64	1364,31	181,43