СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СО
«Екатеринбургская школа № 7»
Ключкова С.Н. «13» 12 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:
ИП Сыропятова А.С.
«13» 12 2023 г.

Меню
2 неделя 3 день

Среда 13 декабря 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 пшенная 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						
247	Овощи соленые	60	0,48	0,06	1,38	7,80	7,97
68	Борщ из морской капусты со сметаной	200	1,70	5,28	10,35	98,66	23,33
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
639	Чай охлажденный с соком	200	0,18	0,04	15,98	77,00	13,00
	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	740	21,16	19,27	92,16	645,60	**117,23**
	Итого за день	1240	38,18	34,21	183,76	1215,28	**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 пшенная 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						
247	Овощи соленые	100	0,80	0,10	2,30	13,00	8,98
68	Борщ из морской капусты со сметаной	250	2,12	6,60	12,94	123,32	24,77
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
639	Чай охлажденный с соком	200	0,18	0,04	15,98	77,00	13,00
	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	870	23,96	22,60	104,07	735,92	**125,03**
	Итого за день	1420	42,45	39,31	204,03	1361,00	**181,43**