

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

С.Н. Ключкова Ключкова С.Н. «22» 12 2023 г.

Меню

2 неделя 5 день

Пятница

22 декабря

2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

ИП Сыропятова А.С.

А.С. Сыропятова «22» 12 2023 г.



7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
115	Каша ячневая с маслом	200/5	7,23	6,67	39,54	246,87	28,03
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16	5,52
	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	2,70	9,00	22,50	184,50	15,80
	Итого за прием	500	13,78	16,65	101,86	614,83	52,40
	Обед						
47	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,26	2,29	17,41	99,27	20,76
189	Шницель мясной	90	12,82	14,06	6,89	212,10	60,75
235	Капуста тушеная	180	4,72	5,81	24,21	156,89	26,11
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
	Итого за прием	710	23,16	22,56	82,50	618,90	117,23
	Итого за день	1210	36,94	39,21	184,36	1233,73	169,63

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
115	Каша ячневая с маслом	250/5	8,99	8,30	49,18	307,08	32,03
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16	5,52
	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	2,70	9,00	22,50	184,50	15,80
	Итого за прием	550	15,54	18,28	111,50	675,04	56,40
	Обед						
47	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09	22,38
189	Шницель мясной	100	14,24	15,63	7,65	235,67	63,50
235	Капуста тушеная	200	5,24	6,46	26,90	174,32	29,24
282	Компот из свежих фруктов с витамином С	200	0,16	0	14,99	60,64	7,11
	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,25	12,00	60,00	1,40
	Хлеб ржаной	25	2,00	0,25	11,75	52,50	1,40
	Итого за прием	800	26,47	25,45	95,05	707,22	125,03
	Итого за день	1350	42,01	43,73	206,55	1382,26	181,43