СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СО
«Екатеринбургская школа № 7»
_____ Клочкова С.Н. «14» 02 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
ИП Сыропятова А.С.
_____ «14» 02 2024 г.

Меню
1 неделя 3 день Среда 14 февраля 2024 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	12,40
109	Каша овсяная «Геркулес» с маслом	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38	36,60
287	Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	89,32	11,55
	Батон витаминизированный	60	4,50	1,44	30,36	150,60	6,90
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	2,15
	Итого за прием	500	17,31	16,57	82,80	549,90	**69,60**
	Обед						
44	Суп из овощей со сметаной	200	1,54	4,69	10,07	92,19	30,60
192	Печень говяжья по-строгановски	50/40	19,08	23,69	3,85	302,85	64,14
219	Греча рассыпчатая	180	10,48	6,52	54,00	316,57	32,50
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	21,01	46,87	10,90
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	2,15
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,40	42,00	2,15
	Итого за прием	710	34,98	35,30	107,93	848,48	**142,44**
	Итого за день	1210	52,29	51,87	190,73	1398,38	**212,04**

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	12,40
109	Каша овсяная «Геркулес» с маслом	250/5	7,87	11,07	31,71	257,96	40,70
287	Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	89,32	11,55
	Батон витаминизированный	60	4,50	1,44	30,36	150,60	6,90
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	2,15
	Итого за прием	550	18,85	18,74	89,02	600,48	**73,70**
	Обед						
44	Суп из овощей со сметаной	250	1,93	5,86	12,59	115,24	32,80
192	Печень говяжья по-строгановски	60/40	21,20	26,32	4,27	336,50	68,16
219	Греча рассыпчатая	200	11,64	7,24	60,00	351,74	35,80
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	21,01	46,87	10,90
	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,25	12,00	52,50	2,70
	Хлеб ржаной	25	2,00	0,25	11,75	60,00	2,70
	Итого за прием	800	39,45	39,92	121,62	962,85	**153,06**
	Итого за день	1350	58,30	58,66	210,64	1563,33	**226,76**