

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ-СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключикова С.Н. «17» 09 2024 г.

Меню

1 неделя 2 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

«14» 09 2024 г.



Вторник

17 сентября

2024 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|---------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 132 | Омлет натуральный с маслом | 150 | 13,43 | 20,82 | 3,51 | 255,09 | 42,30 |
| 294 | Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 | 8,50 |
| | Батон витаминизированный | 30 | 2,25 | 0,78 | 15,18 | 75,30 | 3,45 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,20 | 9,60 | 48,00 | 2,15 |
| 89 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,00 | 13,20 |
| | Итого за прием | 500 | 17,75 | 22,21 | 54,00 | 485,01 | 69,60 |
| | Обед | | | | | | |
| 72 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200 | 5,30 | 6,65 | 17,02 | 147,58 | 36,90 |
| 208 | Кнели куриные | 90 | 15,34 | 17,41 | 7,09 | 246,38 | 55,30 |
| 92 | Рагу из овощей | 180 | 3,30 | 10,14 | 20,27 | 185,39 | 35,54 |
| 280 | Компот из ягод | 200 | 0,33 | 0,00 | 22,66 | 91,98 | 10,40 |
| | 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 | 27,47 | 34,60 | 86,04 | 761,33 | 142,44 |
| | Итого за день | 1210 | 45,22 | 56,81 | 140,04 | 1246,34 | 212,04 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|--------|---------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 132 | Омлет натуральный с маслом | 200 | 17,91 | 27,75 | 4,68 | 340,12 | 46,40 |
| 294 | Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 | 8,50 |
| | Батон витаминизированный | 30 | 2,25 | 0,78 | 15,18 | 75,30 | 3,45 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,20 | 9,60 | 48,00 | 2,15 |
| 89 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,00 | 13,20 |
| | Итого за прием | 550 | 22,23 | 29,14 | 55,17 | 570,04 | 73,70 |
| | Обед | | | | | | |
| 72 | Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 6,62 | 8,31 | 21,28 | 184,48 | 39,90 |
| 208 | Кнели куриные | 100 | 17,04 | 19,35 | 7,88 | 273,76 | 59,80 |
| 92 | Рагу из овощей | 200 | 3,63 | 14,51 | 22,02 | 233,16 | 37,56 |
| 280 | Компот из ягод | 200 | 0,33 | 0,00 | 22,66 | 91,98 | 10,40 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 2,00 | 0,25 | 12,00 | 60,00 | 2,70 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 0,25 | 11,75 | 52,50 | 2,70 |
| | Итого за прием | 800 | 31,62 | 42,67 | 97,59 | 895,88 | 153,06 |
| | Итого за день | 1350 | 53,85 | 71,81 | 152,76 | 1465,92 | 226,76 |