



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. « 11 » 10 2024 г.

Меню

2 неделя 5 день

Пятница

11 Октября

2024 г.

7-11 лет

| №<br>р | Наименование блюда                       | Выход, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|--------|------------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
|        |                                          |          | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                           |          |                  |       |          |             |               |
| 115    | Каша ячневая с маслом                    | 200/5    | 7,23             | 6,67  | 39,54    | 246,87      | 36,95         |
| 299    | Чай с сахаром                            | 200      | 0                | 0     | 15,04    | 60,16       | 7,15          |
|        | 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          |
|        | Кондитерское изделие в инд.упаковке      | 45       | 2,70             | 9,00  | 22,50    | 184,50      | 19,90         |
|        | <b>Итого за прием</b>                    | 500      | 13,78            | 16,65 | 101,86   | 614,83      | <b>69,60</b>  |
|        | <b>Обед</b>                              |          |                  |       |          |             |               |
| 47     | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200      | 2,26             | 2,29  | 17,41    | 99,27       | 29,04         |
| 189    | Шницель мясной                           | 90       | 12,82            | 14,06 | 6,89     | 212,10      | 66,80         |
| 235    | Капуста тушеная                          | 180      | 4,72             | 5,81  | 24,21    | 156,89      | 33,10         |
| 282    | Компот из свежих фруктов                 | 200      | 0,16             | 0     | 14,99    | 60,64       | 9,20          |
|        | 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          |
|        | <b>Итого за прием</b>                    | 710      | 23,16            | 22,56 | 82,50    | 618,90      | <b>142,44</b> |
|        | <b>Итого за день</b>                     | 1210     | 36,94            | 39,21 | 184,36   | 1233,73     | <b>212,04</b> |

12 лет и старше

| №<br>р | Наименование блюда                       | Выход, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|--------|------------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
|        |                                          |          | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                           |          |                  |       |          |             |               |
| 115    | Каша ячневая с маслом                    | 250/5    | 8,99             | 8,30  | 49,18    | 307,08      | 41,05         |
| 299    | Чай с сахаром                            | 200      | 0                | 0     | 15,04    | 60,16       | 7,15          |
|        | 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          |
|        | Кондитерское изделие в инд.упаковке      | 45       | 2,70             | 9,00  | 22,50    | 184,50      | 19,90         |
|        | <b>Итого за прием</b>                    | 550      | 15,54            | 18,28 | 111,50   | 675,04      | <b>73,70</b>  |
|        | <b>Обед</b>                              |          |                  |       |          |             |               |
| 47     | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250      | 2,83             | 2,86  | 21,76    | 124,09      | 31,36         |
| 189    | Шницель мясной                           | 100      | 14,24            | 15,63 | 7,65     | 235,67      | 69,20         |
| 235    | Капуста тушеная                          | 200      | 5,24             | 6,46  | 26,90    | 174,32      | 37,90         |
| 282    | Компот из свежих фруктов                 | 200      | 0,16             | 0     | 14,99    | 60,64       | 9,20          |
|        | 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          |
|        | <b>Итого за прием</b>                    | 800      | 26,47            | 25,45 | 95,05    | 707,22      | <b>153,06</b> |
|        | <b>Итого за день</b>                     | 1350     | 42,01            | 43,73 | 206,55   | 1382,26     | <b>226,76</b> |