

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

*С.Н. Клочкова* Клочкова С.Н. « 20 » 12 2024 г.

Меню

1 неделя 5 день

Пятница

*20 декабря*

2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

*А.С. Сыропятова* « 20 » 12 2024 г.



7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
108	Каша пшеничная с маслом	200/5	7,44	8,07	35,28	243,92	36,70
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	11,90
	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	2,16	4,68	20,52	133,20	15,40
	<b>Итого за прием</b>	500	17,22	17,66	106,53	654,34	<b>69,60</b>
	<b>Обед</b>						
246	Овощи свежие	60	0,48	0,06	1,98	8,40	11,70
45	Суп с зеленым горошком	200	1,87	3,11	10,89	79,03	29,34
211	Плов из отварной курицы	240	19,66	31,77	28,34	374,40	87,90
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>	740	25,37	35,34	75,20	612,47	<b>142,44</b>
	<b>Итого за день</b>	1240	42,59	53,00	181,73	1266,81	<b>212,04</b>

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
108	Каша пшеничная с маслом	250/5	9,25	10,04	43,88	303,41	40,80
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	11,90
	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	2,16	4,68	20,52	133,20	15,40
	<b>Итого за прием</b>	550	19,03	19,63	115,13	713,83	<b>73,70</b>
	<b>Обед</b>						
246	Овощи свежие	100	0,80	0,01	3,30	14,00	16,20
45	Суп с зеленым горошком	250	2,34	3,89	13,61	98,79	31,96
211	Плов из отварной курицы	280	22,93	37,06	33,06	436,80	91,40
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>	870	29,43	41,36	83,96	700,23	<b>153,06</b>
	<b>Итого за день</b>	1420	48,46	60,99	199,09	1414,06	<b>226,76</b>