



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

С.Н. Ключкова Ключкова С.Н. «28» 01 2025 г.

Меню

1 неделя 2 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

А.С. Сыропятава «28» 01 2025 г.



Вторник 28 января 2025 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|----------------|---------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 214 | Омлет натуральный с маслом | 150 | 14,46 | 23,87 | 2,73 | 283,67 | 44,80 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,16 | 0,01 | 14,92 | 61,56 | 8,50 |
| | Батон витаминизированный | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 3,45 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| 89 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 13,20 |
| | Итого за прием | 500 | 18,80 | 25,27 | 52,91 | 518,19 | 72,20 |
| Обед | | | | | | | |
| 87 | Суп картофельный с рыбными консервами | 200 | 7,23 | 2,69 | 13,22 | 106,29 | 34,66 |
| 312 | Кнели куриные | 90 | 15,90 | 18,28 | 6,12 | 252,29 | 56,50 |
| 141 | Рагу из овощей | 150 | 3,23 | 11,65 | 12,11 | 167,22 | 35,54 |
| | Напиток витаминный «Витошка» | 200 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 80,00 | 12,50 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,05 | 0,25 | 20,07 | 94,73 | 4,50 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 2,25 |
| | Итого за прием | 700 | 30,73 | 33,05 | 73,00 | 741,32 | 145,95 |
| | Итого за день | 1200 | 49,53 | 58,32 | 125,91 | 1259,51 | 218,15 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|----------------|---------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 214 | Омлет натуральный с маслом | 200 | 19,28 | 31,83 | 3,64 | 378,34 | 51,00 |
| 377 | Чай с лимоном | 200 | 0,16 | 0,01 | 14,92 | 61,56 | 8,50 |
| | Батон витаминизированный | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 3,45 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| 89 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 13,20 |
| | Итого за прием | 550 | 23,62 | 33,23 | 53,82 | 612,86 | 78,40 |
| Обед | | | | | | | |
| 87 | Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 9,04 | 3,40 | 16,53 | 133,25 | 44,90 |
| 312 | Кнели куриные | 100 | 17,67 | 20,32 | 6,81 | 280,55 | 64,60 |
| 141 | Рагу из овощей | 180 | 3,87 | 13,97 | 14,52 | 200,58 | 39,73 |
| | Напиток витаминный «Витошка» | 200 | 0,00 | 0,00 | 13,00 | 80,00 | 12,50 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,05 | 0,25 | 20,07 | 94,73 | 4,50 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 3,40 |
| | Итого за прием | 800 | 35,62 | 38,20 | 83,65 | 850,30 | 169,63 |
| | Итого за день | 1350 | 59,24 | 71,43 | 137,47 | 1463,16 | 248,03 |