



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

С.Н. Ключкова Ключкова С.Н. «31» 01 2025 г.

Меню

1 неделя 5 день

Пятница

31 января

2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.



А.С. Сыропятова «31» 01 2025 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|----------------|-----------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 418 | Каша ячневая с маслом | 200/5 | 5,61 | 5,70 | 30,14 | 194,49 | 39,75 |
| 397 | Какао с молоком | 200 | 3,95 | 3,28 | 16,65 | 113,14 | 14,50 |
| | Батон витаминизированный | 60 | 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 | 6,90 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 1,77 | 1,41 | 22,50 | 109,80 | 8,80 |
| | Итого за прием | 515 | 17,36 | 12,25 | 110,17 | 621,99 | 72,20 |
| Обед | | | | | | | |
| 247 | Овощи соленые | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,80 | 11,70 |
| 99 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 5,12 | 3,60 | 14,88 | 142,80 | 29,34 |
| 311 | Плов из отварной курицы | 240 | 28,64 | 21,92 | 44,32 | 489,60 | 91,21 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 9,20 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 2,25 |
| | Итого за прием | 740 | 37,09 | 25,88 | 98,10 | 775,76 | 145,95 |
| | Итого за день | 1255 | 54,45 | 38,13 | 208,27 | 1397,75 | 218,15 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|----------------|-----------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 418 | Каша ячневая с маслом | 250/5 | 6,98 | 7,07 | 37,47 | 241,70 | 45,95 |
| 397 | Какао с молоком | 200 | 3,95 | 3,28 | 16,65 | 113,14 | 14,50 |
| | Батон витаминизированный | 60 | 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 | 6,90 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 1,77 | 1,41 | 22,50 | 109,80 | 8,80 |
| | Итого за прием | 565 | 18,73 | 13,62 | 117,50 | 669,20 | 73,70 |
| Обед | | | | | | | |
| 247 | Овощи соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 13,00 | 17,40 |
| 99 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,40 | 4,50 | 18,60 | 141,00 | 33,73 |
| 311 | Плов из отварной курицы | 280 | 33,40 | 25,56 | 51,68 | 570,90 | 104,80 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 9,20 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 2,25 |
| | Итого за прием | 870 | 43,45 | 30,46 | 109,86 | 890,46 | 169,63 |
| | Итого за день | 1435 | 62,18 | 44,08 | 227,36 | 1559,66 | 248,03 |



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

С.Н. Клочкова Клочкова С.Н. «31» 01 2025 г.

Меню

1 неделя 5 день

Пятница

31 января

2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.



А.С. Сыропятова «31» 01 2025 г.

7-11 лет

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|----------------|-----------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 418 | Каша ячневая с маслом | 200/5 | 5,61 | 5,70 | 30,14 | 194,49 | 39,75 |
| 397 | Какао с молоком | 200 | 3,95 | 3,28 | 16,65 | 113,14 | 14,50 |
| | Батон витаминизированный | 60 | 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 | 6,90 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 1,77 | 1,41 | 22,50 | 109,80 | 8,80 |
| | Итого за прием | 515 | 17,36 | 12,25 | 110,17 | 621,99 | 72,20 |
| Обед | | | | | | | |
| 247 | Овощи соленые | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,80 | 11,70 |
| 99 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 5,12 | 3,60 | 14,88 | 142,80 | 29,34 |
| 311 | Плов из отварной курицы | 240 | 28,64 | 21,92 | 44,32 | 489,60 | 91,21 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 9,20 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 2,25 |
| | Итого за прием | 740 | 37,09 | 25,88 | 98,10 | 775,76 | 145,95 |
| | Итого за день | 1255 | 54,45 | 38,13 | 208,27 | 1397,75 | 218,15 |

12 лет и старше

| № р | Наименование блюда | Выход, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|----------------|-----------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 418 | Каша ячневая с маслом | 250/5 | 6,98 | 7,07 | 37,47 | 241,70 | 45,95 |
| 397 | Какао с молоком | 200 | 3,95 | 3,28 | 16,65 | 113,14 | 14,50 |
| | Батон витаминизированный | 60 | 4,50 | 1,74 | 30,84 | 157,20 | 6,90 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 1,77 | 1,41 | 22,50 | 109,80 | 8,80 |
| | Итого за прием | 565 | 18,73 | 13,62 | 117,50 | 669,20 | 73,70 |
| Обед | | | | | | | |
| 247 | Овощи соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 13,00 | 17,40 |
| 99 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,40 | 4,50 | 18,60 | 141,00 | 33,73 |
| 311 | Плов из отварной курицы | 280 | 33,40 | 25,56 | 51,68 | 570,90 | 104,80 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 9,20 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,53 | 0,12 | 10,04 | 47,36 | 2,25 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 2,25 |
| | Итого за прием | 870 | 43,45 | 30,46 | 109,86 | 890,46 | 169,63 |
| | Итого за день | 1435 | 62,18 | 44,08 | 227,36 | 1559,66 | 248,03 |