

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «14» 03 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропята А.С.

«04» «11» 03 2025 г.

Меню

1 неделя 2 день

Вторник

11 марта

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