

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. « 3 » 10 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

« 3 » 10 2025 г.



Меню

1 неделя 5 день

Пятница

3 октября

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	47,70
397	Какао с молоком	200	3,95	3,28	16,65	113,14	17,70
	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	12,15
	Итого за прием	515	17,36	12,25	110,17	621,99	86,70
	Обед						
247	Овощи соленные	60	0,48	0,06	1,02	7,80	17,70
99	Суп картофельный с бобовыми	200	5,12	3,60	14,88	112,80	33,35
311	Плов из отварной курицы	240	28,64	21,92	44,32	489,60	104,80
349	Компот из сухофруктов	200	0,00	0,00	19,36	77,41	12,50
	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	172,85
	Итого за день	1255	54,45	38,13	208,27	1397,75	259,55

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	54,20
397	Какао с молоком	200	3,95	3,28	16,65	113,14	17,70
	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	12,15
	Итого за прием	565	18,73	13,62	117,50	669,20	93,20
	Обед						
247	Овощи соленные	100	0,80	0,10	1,70	13,00	22,90
99	Суп картофельный с бобовыми	250	6,40	4,50	18,60	141,00	36,34
311	Плов из отварной курицы	280	33,40	25,56	51,68	570,90	108,10
349	Компот из сухофруктов	200	0,00	0,00	19,36	77,41	12,50
	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	184,34
	Итого за день	1435	62,18	44,08	227,36	1559,66	277,54