

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «10» 10 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

А.С. «10» 10 2025 г.



Меню

2 неделя 5 день

Пятница

10 октября

2025 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
189	Каша пшеничная с маслом	200/5	7,41	8,46	32,80	236,75	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	0,84	0,99	23,19	106,20	12,15
	Итого за прием	515	18,23	14,59	113,52	660,65	86,70
	Обед						
115	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/20	5,49	4,89	25,39	167,25	43,75
210	Греча по-купечески с курицей	240	19,20	6,00	32,88	347,23	109,80
398	Напиток из шиповника	200	0,66	0,27	18,37	91,09	14,80
	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	700	28,20	11,46	95,16	693,72	172,85
	Итого за день	1215	46,43	26,05	208,68	1354,37	259,55

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
189	Каша пшеничная с маслом	250/5	9,21	10,53	40,80	294,49	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	0,84	0,99	23,19	106,20	12,15
	Итого за прием	565	20,03	16,66	121,52	718,39	93,20
	Обед						
115	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/30	7,44	6,33	35,68	229,21	47,74
210	Греча по-купечески с курицей	280	19,20	6,00	32,88	347,23	117,30
398	Напиток из шиповника	200	0,66	0,27	18,37	91,09	14,80
	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	800	30,15	12,90	105,45	755,68	184,34
	Итого за день	1365	50,18	29,56	226,97	1474,07	277,54