



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «12» 11 2025 г.

Меню

2 неделя 3 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропята А.С.

«12» 11 2025 г.



Среда

12 ноября

2025 г.

7-11 лет

| №<br>р | Наименование блюда                                          | Выход, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|--------|-------------------------------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
|        |                                                             |          | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                              |          |                  |       |          |             |               |
| 366    | Сыр порционный                                              | 15       | 3,38             | 4,29  | 0,00     | 52,96       | 16,70         |
| 184    | Каша пшениная с маслом                                      | 200/5    | 8,47             | 9,39  | 40,35    | 280,49      | 44,90         |
| 379    | Кофейный напиток с молоком                                  | 200      | 3,31             | 2,43  | 26,62    | 142,20      | 15,95         |
|        | 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          |
|        | <b>Итого за прием</b>                                       | 500      | 21,19            | 17,97 | 107,85   | 680,21      | <b>86,70</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                                 |          |                  |       |          |             |               |
| 112    | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 200      | 2,12             | 2,24  | 14,56    | 87,28       | 42,20         |
| 268    | Шницель мясной                                              | 90       | 12,95            | 20,83 | 11,00    | 283,01      | 73,50         |
| 139    | Капуста тушеная                                             | 150      | 3,59             | 6,01  | 14,93    | 130,48      | 37,90         |
| 349    | Компот из сухофруктов                                       | 200      | 0,00             | 0,00  | 19,36    | 77,41       | 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          |
|        | <b>Итого за прием</b>                                       | 700      | 23,03            | 29,51 | 88,40    | 713,70      | <b>172,85</b> |
|        | <b>Итого за день</b>                                        | 1200     | 44,22            | 47,48 | 196,25   | 1393,91     | <b>259,55</b> |

12 лет и старше

| №<br>р | Наименование блюда                                          | Выход, г | Пищевые вещества |       |          | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|--------|-------------------------------------------------------------|----------|------------------|-------|----------|-------------|---------------|
|        |                                                             |          | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |               |
|        | <b>Завтрак</b>                                              |          |                  |       |          |             |               |
| 366    | Сыр порционный                                              | 15       | 3,38             | 4,29  | 0,00     | 52,96       | 16,70         |
| 184    | Каша пшениная с маслом                                      | 250/5    | 10,54            | 11,69 | 50,21    | 348,97      | 51,40         |
| 379    | Кофейный напиток с молоком                                  | 200      | 3,31             | 2,43  | 26,62    | 142,20      | 15,95         |
|        | 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          |
|        | <b>Итого за прием</b>                                       | 550      | 23,26            | 20,27 | 117,71   | 748,69      | <b>93,20</b>  |
|        | <b>Обед</b>                                                 |          |                  |       |          |             |               |
| 112    | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 250      | 2,65             | 2,80  | 18,20    | 109,10      | 44,54         |
| 268    | Шницель мясной                                              | 100      | 14,38            | 23,08 | 12,20    | 313,84      | 77,50         |
| 139    | Капуста тушеная                                             | 180      | 4,30             | 7,22  | 17,92    | 156,59      | 41,90         |
| 349    | Компот из сухофруктов                                       | 200      | 0,00             | 0,00  | 19,36    | 77,41       | 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          |
|        | <b>Итого за прием</b>                                       | 800      | 26,37            | 33,61 | 100,47   | 812,86      | <b>184,34</b> |
|        | <b>Итого за день</b>                                        | 1350     | 49,63            | 53,88 | 218,18   | 1561,55     | <b>277,54</b> |