

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «14» 11 2025 г.

Меню

1 неделя 1 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

«14» 11 2025 г.

Понедельник

14 ноября

2025 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
365	Масло сливочное (порциями)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	19,70
190	Каша "Дружба" с маслом	200/5	6,36	10,26	27,50	229,86	48,70
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	14,72	59,25	9,15
	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
	Итого за прием	500	12,57	24,50	83,22	605,87	86,70
	Обед						
62	Салат из морской капусты п/п	60	0,60	0,10	0,30	5,00	22,95
98	Суп крестьянский со сметаной	200	1,46	4,11	8,16	75,89	32,20
286	Тефтели из говядины паровые	90	12,09	8,80	5,51	150,19	70,75
309	Макаронные изделия отварные	150	5,44	4,84	34,71	204,32	29,90
411	Кисель п/ягодный	200	0,10	0,10	27,90	113,00	12,55
	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	22,54	18,25	95,10	636,55	172,85
	Итого за день	1240	35,11	42,75	178,32	1242,42	259,55

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
365	Масло сливочное (порциями)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	19,70
190	Каша "Дружба" с маслом	250/5	7,91	12,76	34,20	285,83	55,20
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	14,72	59,25	9,15
	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
	Итого за прием	550	14,12	27,00	89,92	661,84	93,20
	Обед						
62	Салат из морской капусты п/п	100	1,00	0,17	0,50	8,33	25,19
98	Суп крестьянский со сметаной	250	1,83	5,13	10,20	94,87	35,50
286	Тефтели из говядины паровые	100	13,44	9,78	6,13	166,99	75,50
309	Макаронные изделия отварные	180	6,44	5,80	41,15	242,76	31,10
411	Кисель п/ягодный	200	0,10	0,10	27,90	113,00	12,55
	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	25,66	21,28	104,40	714,10	184,34
	Итого за день	1420	39,78	48,28	194,32	1375,94	277,54