

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Клочкова С.Н. «20» 01 2026 г.

Меню

2 неделя 2 день

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятава А.С.

«20» 01 2026 г.

Вторник

20 января

2026 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
14	Сыр порционный	15	3,48	4,43	0,00	54,60	22-70
190	Каша «Дружба» с маслом	200/5	6,20	9,66	27,63	217,98	45-45
377	Чай с лимоном	200	0,16	0,01	14,92	61,56	10-50
	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	15,87	15,96	83,43	538,70	87-80
	Обед						
247	Овощи соленные	60	0,48	0,06	1,02	7,80	15-76
98	Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	200	6,46	6,12	25,16	135,90	35-70
263	Рагу из свинины	240	12,03	17,74	33,63	391,98	102-00
	Напиток витаминизированный «Витошка»	200	0,00	0,00	13,00	80,00	15-50
	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	760	23,34	24,35	101,36	751,20	175-71
	Итого за день	1260	39,21	40,31	184,79	1289,90	263-51

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
14	Сыр порционный	15	3,48	4,43	0,00	54,60	22-70
190	Каша «Дружба» с маслом	250/5	8,82	12,27	34,34	270,91	53-45
377	Чай с лимоном	200	0,16	0,01	14,92	61,56	10-50
	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	18,49	18,57	90,14	591,63	95-80
	Обед						
247	Овощи соленные	100	0,80	0,10	1,70	13,00	20-32
98	Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	250	7,84	7,15	31,45	169,87	40-50
263	Рагу из свинины	280	14,03	20,70	45,33	487,15	107-00
	Напиток витаминизированный «Витошка»	200	0,00	0,00	13,00	80,00	15-50
	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	890	27,04	28,38	120,03	885,54	190-07
	Итого за день	1440	45,53	46,95	210,17	1477,17	285-87