



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СО

«Екатеринбургская школа № 7»

Ключкова С.Н. «23» 01 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.

«23» 01 2026 г.

Меню

2 неделя 5 день

Пятница

23 января

2026 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
189	Каша рисовая с маслом	200/5	9,04	8,11	20,61	216,30	50-05
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
	Кондитерское изделие	20	0,56	6,66	6,46	50,80	19-45
	Итого за прием	505	15,73	16,63	82,67	530,91	87-80
	Обед						
115	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/20	4,48	4,99	24,95	163,30	45-75
255	Печень по-строгановски	90	11,28	9,91	3,25	165,75	73-20
171	Греча рассыпчатая	150	8,19	9,65	36,96	267,18	39-76
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	700	26,80	24,85	103,04	761,79	175-71
	Итого за день	1205	42,53	41,48	185,71	1292,70	263-51

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
189	Каша рисовая с маслом	250/5	12,27	10,09	32,99	268,64	58-05
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
	Кондитерское изделие	20	0,56	6,66	6,46	50,80	19-45
	Итого за прием	555	18,96	18,61	95,05	583,25	95-80
	Обед						
115	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/20	5,03	6,02	27,26	184,11	49-65
255	Печень по-строгановски	100	12,65	11,03	3,58	183,91	78-10
171	Греча рассыпчатая	180	9,82	11,60	44,34	320,70	44-17
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	30	1,99	0,26	12,72	61,19	3-40
	Итого за прием	800	31,02	29,03	117,30	874,68	190-07
	Итого за день	1355	49,98	47,64	212,35	1457,93	285-87